

---

## Norges største legevaktsdistrikt

---

AKTUELT I FORENINGEN

LISBET T. KONGSVIK

[lisbet.kongsvik@legeforeningen.no](mailto:lisbet.kongsvik@legeforeningen.no)

Helsepolitisk avdeling

---

**I over 100 år har sjøfolk over hele verden fått hjelp gjennom Radio Medico – legevakten til sjøs. Bare i fjor var mer enn 2000 sjøfolk i kontakt med den telemedisinske tjenesten ved Norsk senter for maritim medisin og dykkemedisin.**



**BISTÅR SJØFOLKET:** - Vi blir kontaktet fra hele verden og til alle døgnets tider, forteller Jon Magnus Haga, leder for Norsk senter for maritim medisin og dykkemedisin ved Haukeland universitetssjukehus og faglig ansvarlig for Radio Medico. Her selv ute på sjøen. Foto: Privat

Jon Magnus Haga er leder for Norsk senter for maritim medisin og dykkemedisin ved Haukeland universitetssjukehus og faglig ansvarlig for Radio Medico. Haga er spesialist i samfunnsmedisin, ph.d., og førsteamanuensis ved Institutt for global helse og samfunnsmedisin ved Universitetet i Bergen.

---

## Førstegangstjenesten viste vei

Da Haga var ferdig med turnustjenesten, ble han kalt inn som vernepliktig lege i Sjøforsvaret.

– I Sjøforsvaret tjenestegjorde jeg blant annet som skipslege i Kystvakten og fikk muligheten til å jobbe med søk og redning i nordområdene. Det var en fantastisk tid. Det opplevdes veldig givende å kunne komme sjøfolk og fiskere til unnsetning, langt utenfor allfarvei. Faktisk trivdes jeg så godt i Sjøforsvaret at jeg ble værende i nesten ti år, forteller Haga og legger til:

– I tiden i Sjøforsvaret fikk jeg også muligheten til å jobbe som skipslege i Middelhavet, blant annet knyttet til uthenting av kjemiske våpen fra Syria og redning av migranter fra Libya. Inntrykkene var mange. Erfaringene bidro til et ønske om å jobbe videre med maritim medisin.

---

## Legevakten til sjøs

Sentralt i arbeidet med helse til sjøs står rådgivningstjenesten Radio Medico. Tjenesten gir sjøfolk råd og veiledning i håndtering av sykdommer og skader om bord per telefon, e-post og video. Radio Medico er tilgjengelig 24/7 og gratis for alle sjøfolk, uavhengig av skipets flagg, sjømannens nasjonalitet eller hvor de befinner seg i verden.

– Et skip er et 24-timers samfunn, hvor sjøfolk bor, jobber og lever livene sine. Statistikk viser at det er over 20 ganger så stor risiko for å dø på arbeidsplassen hvis arbeidsplassen din er på sjøen, enn om du jobber på en industriarbeidsplass på land. Det er flere skader til sjøs, og helsehjelpen er mer utilgjengelig, sier Haga.

Han mener forebygging er nøkkelen til bedre helse til sjøs.

– En viktig del av arbeidet vårt handler derfor om rådgivning og tilgjengeliggjøring av medisinsk kunnskap for den maritime næringen. Men uansett hvor flinke vi er til å forebygge, kan vi ikke forebygge alt. Når sykdom rammer må den håndteres, og Radio Medico blir redningen for mange. Vi opplever at sjøfolk kontakter oss fra hele verden og til alle døgnetstider. Det oppleves noen ganger som et paradoks. Vi er en liten nisje i helsetjenesten som mange ikke kjenner til, mens for sjøfolk er vi en sentral del av deres helsetilbud og opplevelse av trygghet til sjøs.

---

## Navigatoren er medisinsk ansvarlig

Det er kapteinen som har det medisinske ansvaret om bord på et skip. På de fleste skip vil de medisinske oppgavene ivaretas av en navigator med grunnleggende kurs i førstehjelp og medisinsk behandling.

*«Et skip er et 24-timers samfunn, hvor sjøfolk bor, jobber og lever livene sine»*

– Kurset er på 40 timer, etterfulgt av repetisjonskurs hvert femte år. Det er ikke mye med tanke på alt vi forventer at navigatører skal kunne. En navigator skal utrede sykdom, behandle skade og følge opp pasienter over tid. Han eller hun skal sy sår, sette venekanyler og holde frie luftveier, og alt dette uten at noe av det er primæroppgavene deres, påpeker Haga.

Han understreker at som medisinsk ansvarlig på et skip kan man føle seg ganske alene når sykdom eller skade rammer.

– Det er ikke alltid enkelt å huske hva man lærte på et kurs for lenge siden. Jeg tror at det er kjempeviktig å ha en tjeneste som Radio Medico. Spørsmålet er om vi kan bli enda bedre.

---

## Medisinsk guide

Erfaringene fra Radio Medico har gitt opphav til en digital medisinsk guide for sjøfolk, utviklet i samarbeid med Sjøfartsdirektoratet og det maritime forsikringsselskapet Gard AS. Guiden gir støtte til sjøfolk i håndtering av krevende medisinske situasjoner om bord. Målet er at guiden skal fungere som et supplement til tradisjonell rådgivning og gi sjøfolk enkel tilgang til kvalitetssikret medisinsk informasjon, tilpasset maritim kontekst.

– Vårt utgangspunkt er at de fleste sjøfolk har en mobiltelefon i lomma. Med en app blir medisinsk informasjon mye mer tilgjengelig enn med bøker i en bokhylle. Det gir også bedre muligheter for navigering, bruk av illustrasjoner og kontinuerlig oppdatering av innhold, sier Haga.

Målet med guiden er todelt. Den skal både gi et bedre tilbud til sjøfolk og legge til rette for bedre utnyttelse av ressursene i Radio Medico. Guiden er gratis og tilgjengelig for alle sjøfolk. Siden lansering er den lastet ned av over 20 000.

Neste steg for prosjektet er å videreutvikle guiden til støtte for øving og trening av medisinske ferdigheter om bord.

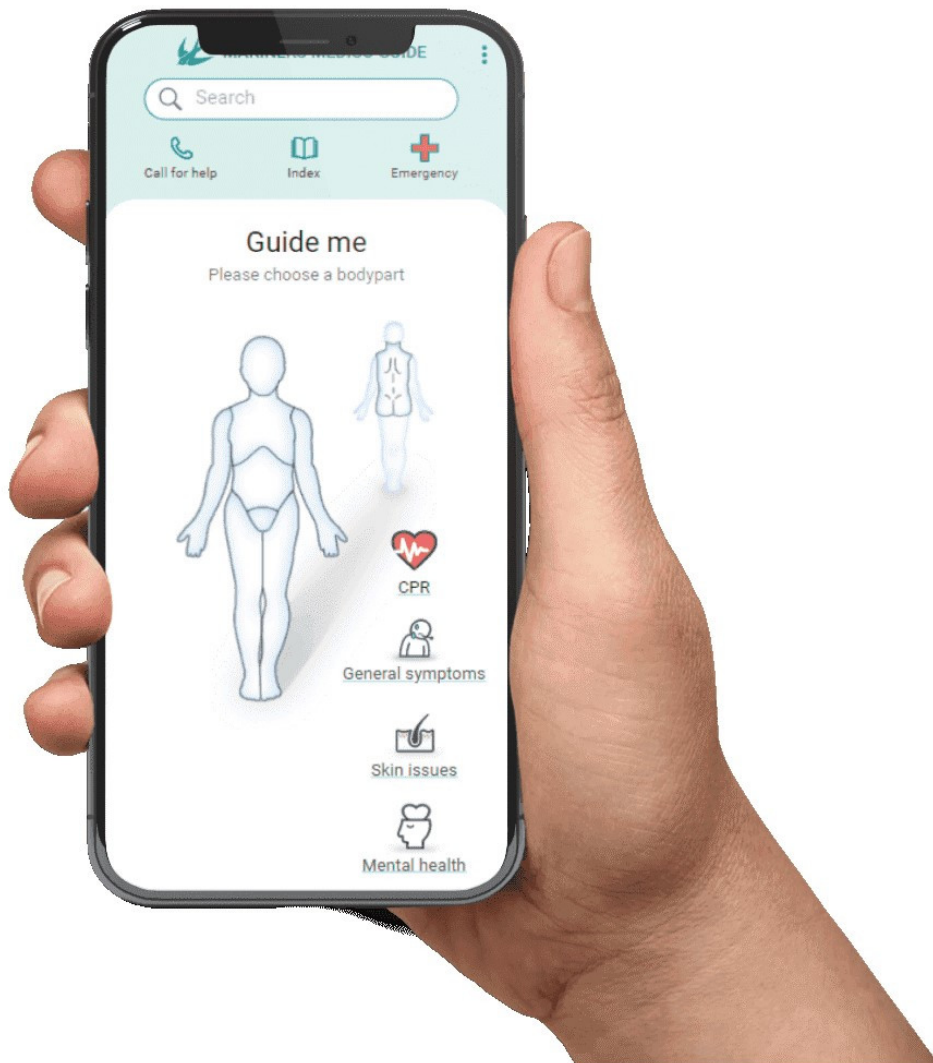
– Medisinsk kompetanse er ferskvare, og det vil bety mye å få på plass et bedre system for trening og øving. Vårt inntrykk er nemlig at mange sjøfolk ønsker å trene, men at de kanskje ikke vet hva de bør trene på eller hvordan de kan trene, sier Haga og nevner flere eksempler:

– Hvordan trener man egentlig på håndtering av brann om bord? Eller grunnstøting? Hvilke skader skal man forberede seg på? Hvilke enkeltmannsferdigheter behøves? Hvordan trenes samhandling?

---

## Firedobling av henvendelser

Fagmiljøet ved Norsk senter for maritim medisin og dykkemedisin er tverrfaglig. Foruten maritim medisin har senterets ansatte spesialistkompetanse innen blant annet anestesi, akutt- og mottaksmedisin, øre-nese-hals, ortopedi, nevrologi, allmennmedisin, arbeidsmedisin og samfunnsmedisin.



APP: Guiden gir støtte til sjøfolk i håndtering av krevende medisinske situasjoner om bord og er utviklet av Radio Medico, Sjøfartsdirektoratet og det maritime forsikringsselskapet Gard AS.

Foto: Radio Medico

– Bredden i kompetansen ved senteret er vår styrke. Ingen kan være spesialister på alt. Tverrfagligheten gjør at vi kan spille på hverandre og videreutvikle faget. Det er også spennende å få muligheten til å bruke sin spesialistkompetanse inn i en ny kontekst, som maritim medisin, sier Haga.

De siste 10 årene har Radio Medico hatt en firedobling av henvendelser, og har nå i overkant av 2000 pasientforløp årlig.

– Vi ser jo at de som ringer oss én gang gjerne ringer oss igjen. Vi tolker det som positiv tilbakemelding. Folk blir kjent med oss og opplever at de får gode råd, sier Haga.

– Vi opplever stor variasjon i medisinske problemstillinger og grader av alvorlighet. I 90 prosent av sykdomsforløpene kan situasjonen håndteres tilfredsstillende om bord, under veiledning fra vaktlege i Radio Medico. I om lag 10 prosent av sykdomsforløpene evakueres pasienten akutt, for eksempel med et redningshelikopter fra 330-skvadronen, eller ved å anbefale skipet om å gå til nærmeste kai og organisere med en ambulanse derfra, forklarer Haga.

---

## Forskning og undervisning

Helse bygger på kunnskap. Haga veileder for tiden to stipendiatprosjekter innen maritim medisin og dykkemedisin.

– Det er mange ubesvarte spørsmål innen maritim medisin og dykkemedisin. Vi håper å kunne besvare noen av spørsmålene gjennom disse prosjektene, slik at vi sammen kan ta kunnskapsfeltet et lite skritt framover.

Haga tok selv doktorgrad i 2019 på helseoppfølging av de overlevende fra terrorangrepet på Utøya og foreldrene deres. For dette arbeidet ble han belønnet med Hans Majestet Kongens gullmedalje.

Senteret arrangerer en rekke kurs i både inn- og utland for sjømannsleger, petroleumsleger og dykkerleger. I fjor deltok over 500 leger på kurs ved senteret. Senteret saksbehandler dessuten klage- og dispensasjonssaker knyttet til helseerklæringer for sjøfolk på vegne av Sjøfartsdirektoratet.

Haga har nylig søkt om at senteret godkjennes som utdanningsinstitusjon for samfunnsmedisin, slik at det vil være mulig å fullføre et spesialistløp i samfunnsmedisin ved senteret.

– Det er mye samfunnsmedisin i maritim medisin. Et skip er på mange måter en liten kommune til sjøs. Jeg tror at fagfeltene har mye å lære av hverandre. På sikt håper jeg å etablere en karrierevei innen maritim samfunnsmedisin. Jeg tror at dette vil gjøre det enda mer attraktivt for leger å velge maritim medisin som karrierevei, avslutter Jon Magnus Haga.

---

Publisert: 23. september 2024. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.24.11.12

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 14. juli 2026.