– Vi tar ikke skikkelig på alvor hva folk egentlig kommer til fastlegen for. Mange av dem er ikke syke i biomedisinsk forstand. Men de er kanskje redde for at de er syke, sier John Nessa. Han mener allmennlegeyrket først og fremst handler om språk.

Intervjuet: John Nessa

Portvakt med språket i sin makt

Sauebonden og allmennlegen går sine egne veier. Det har han alltid gjort.

– Noen mener jeg er doktoren som ikke vil være doktor, fordi jeg gnåler om denne snakkinga hele tiden. Men konsultasjonen, det er jo en språkhandling hele greia, sier Nessa.

Vi sitter i biblioteket i det koselige huset på gården hans på Fister i Rogaland. Sauene er i fjellet, naboene på trygg avstand og utsikten upåklagelig. Hans kone, Kirsti, har vartet opp med en deilig middag. Da jeg ba om et intervju og samtidig spurte hvordan man egentlig kommer seg ut til Hjelmeland og Fister, fikk jeg en hyggelig e-post til svar. Ikke bare kunne jeg bli hentet på bryggen, jeg kunne ha en hyggelig kveld som deres gjest og kjøres tilbake til bryggen neste morgen. Det stemmer godt med attesten venner og kolleger gir dem; et svært gjestmildt par. Hjemmet deres blir gjerne kalt Folkets hus. Og det selv om turen ut dit krever god tid; først en drøy halvtimes tur med hurtigbåt fra Stavanger til Finnøy, deretter en halvtime på en liten ferje som blant annet går innom Fister. Der serveres til gjengjeld kaffe fra selveste kapteinen.

– Kem e det som ska på date med John Nessa? Ja, han står og vente på deg på brygga, eg snakka akkurat med han, blunker kapteinen. Her kjenner alle alle. Det er fordeler og ulemper ved det. Nessa har vært lege i sin egen hjembygd siden 1985, og synes det er blitt lettere med årene. Moderne mennesker har god evne til å skille roller.

Gift med jobben

Lenge kombinerte han legeyrket med jobben som sauebonde. Nå har han forpaktet bort gårdsdriften til den yngste av de tre sønnene. Men John Nessa har mange jern i ilden, og mye han skal rekke. Arbeidsuka er fremdeles rimelig hektisk. – Jeg har en følelse av at jeg går på jobb mandag morgen kl 08 og er hjemme fredag ettermiddag kl 17. Det er nokså intenst hele

uken, med både dag- og kveldsarbeid. Av og til har man en følelse av at man er gift med jobben, sier han.

I tillegg til fastlegejobben er han kommunalege I i Hjelmeland kommune og én av tre praksiskoordinatorer ved Universitetet i Bergen. Der skal han sørge for at allmennlegene er motivert for, og i stand til, å ta imot medisinstudenter som skal ut i praksis. Det er en av de lettere jobbene han har.

– Allmennleger er en veldig positiv gjeng, de er ja-folk. Så vi får rekruttert dem vi trenger. For mange av legene som må si nei, er det ikke viljen det står på, men plassen.

På Hjelmeland legekantor er det plass, og Nessa har selv vært veileder for mange medisinstudenter. Han har opplevd en veldig utvikling i faget allmennmedisin siden han var ferdig utdannet i 1979.

– Faget er blitt mer seriøst og har funnet sin identitet. Mye av grunnen er nok at allmennmedisin er blitt et fag på universitetet, det har fått akademisk legitimitet. Også samarbeidet med sykehusene har utviklet seg i positiv retning, sier Nessa.

Lege-pasient-forholdet

Han har kalt allmennlegen en «portvakt inn til annenlinjetjenesten», og mener det er en styrke ved det norske samfunnet at allmennlegen har en slik viktig posisjon. Det gir et rasjonelt helsevesen: De som trenger spesialisthelsetjeneste, får det, og de som trenger primærlege, får den hjelpen de trenger på det nivået. Nessa er generelt opptatt av forholdet lege-pasient og samtalen de to imellom. Interessen har blant annet resultert i boken *Medisin og eksistens – Samtale, psykodynamikk og psykoterapi i allmennmedisin*. Den tar for seg noen av de største faglige interessene hans: språk, klinisk samtale og psykoterapi.

– For en lege bør ingenting menneskelig være fremmed. Man skal være villig til å gå inn i sorg, død, ensomhet og vanskeligheter, for det forventer pasientene. Folk kommer med det de er opptatt av i livet sitt, og det er vanskelig å skille mellom medisinske og

ikke-medisinske problemer i allmennpraksis, sier han.

To år som lege ved psykiatrisk avdeling har satt sine spor. Det ga mange aha-opplevelser om sammenhengen mellom folks liv og folks helse, og et mer nyansert syn på hvordan pasienten egentlig har det. Psykoterapi er noe allmennleger bør lære mer om, mener han.

Hodepine er ofte mer enn hodepine

– Jeg har lagt merke til at når medisinstudentene spiller rollespillet doktor-møter-pasient og «pasientene» sier at de ikke får sove, at de sliter i ekteskapet og at de er redd for at de drikker for mye alkohol, da sier studentene med én gang: «Jeg skal henvise deg til psykolog». Det avspeiler en rigid forståelse av hva psykiske plager er og hva slags behandling folk med psykiske plager skal ha. Ikke minst avspeiler det en forståelse av at dette ikke er noe for allmennleger å drive med. Og så er det akkurat det det er. Det er akkurat slike problemer vi vasser i. Men ofte skjules de bak kroppslige problemer som høyt blodtrykk, hodepine og andre smertepager. Norske allmennleger kan for lite om dette og opplever at det er en diskrepans mellom den faglige kompetansen de har og de ufordringene de møter, sier Nessa.

Han reiser ofte til Tyskland, der psykoterapi er en naturlig del av allmennlegenes hverdag og der Balint-bevegelsen er aktiv. Legen Michael Balint ønsket i 1950-årene å hjelpe allmennleger til en bedre forståelse av den psykologiske delen av lege-pasientforholdet ved hjelp av gruppediskusjoner. Nessa har selv startet slike grupper i Norge.

– Vi kunne gjort mye mer for folk hvis vi kunne mer om dette. Men nå skal det sies at mange allerede får en slags psykoterapi på uformelt vis; de får komme til legen sin, de får snakke om problemene sine, mange får mye tid. Disse legene vil imidlertid ikke si om seg selv at de driver med psykoterapi, sier Nessa.

Selve samtalen med pasienten er det

John Nessa

Født 10. mars 1949

- Cand.med. fra Universitetet i Oslo 1979
- Doktorgrad, Universitetet i Bergen 1999
- Allmennlege, Hjelmeland legekonsult 1985–
- Kommunelege I, Hjelmeland kommune 2000–
- Førsteamanuensis, Universitetet i Bergen
- Medlem av Tidsskriftets redaksjonskomité i ti år
- Leder av Legeforeningens utvalg for alternativ medisin 1994–97

Foto Eline Feiring

sentrale i Nessas hverdag, og noe han har skrevet mye om, blant annet i Tidsskriftet. – Språket former virkeligheten. Språk er makt. Mye av det vi produserer som leger, diagnosene vi stiller, det er et resultat av en samtale. Hos ni av ti pasienter får jeg først og fremst informasjonen jeg trenger ut fra det de sier.

Grublet i sauefjøset

Språk har interessert Nessa siden han var liten og gikk på bedehuset. Allerede på real-skolen diskuterte han og vennene språk, filosofi og teologisk litteratur. Han begynte på teologi, og var oppe for Rosemarie Køhn i hebraisk.

– Selve teologien interesserte meg, men jeg hadde aldri ønsket å bli prest, hvorfor skulle jeg da studere teologi? Så fant jeg ut at medisin, det dreier seg også om mennesket. Da ble det medisin.

Språkinteressen resulterte i en doktoravhandling i skjæringspunktet mellom to store fag: språk og medisin. Han disputerte i 1999, 50 år gammel, etter å ha gått og grublet i sauefjøset i ti år. *Talk as medical work* er basert på analyser av konsultasjoner i norsk allmennpraksis med det mål å finne ut hvordan pasient og lege egentlig kommuniserer, og hvor mange konsultasjoner som bare er snakk. For å kunne analysere samtalen måtte han søke metodisk hjelp i lingvistikken, et fag som er nokså uvanlig for medisiner. Ifølge en kollega skrev han om lingvistikk før leger flest kunne stave ordet.

En filosof

«Ein tenkjar», klok, spørrende, med evne til å tenke nye tanker. Det er noen av beskrivelsene venner og kolleger gir av ham. I gymnastiden oppsøkte han friundervisningen for å lære mer om filosofi, for han syntes verden var så merkelig. Han får ofte merkelappen filosof.

– Vi er nok alle filosofer. For meg er filosofi knyttet til kritisk refleksjon. Man skal ikke bare ta for gitt av verden er som den er. Jeg vil gjerne bestemme selv hva jeg skal

mene, og har brukt filosofien som en sjelesorg for meg selv. Også medisinsk filosofi handler om å ta seg tid til å tenke kritisk. Ta for eksempel svineinfluensaen, som vi setter alt inn på å stoppe. Tilsynelatende uten kritisk refleksjon handler mediene og helsevesenet som om det var svartedauden vi var truet av. Filosofien kan hjelpe oss til å se dette i perspektiv. Det er mange flere som dør av vanlig influensa enn av svineinfluensa. Det blir kanskje flere som blir syke av vaksinen enn som dør av sykdommen. Medisinsk filosofi er en av grunnene til at medisinen har forandret seg til det bedre, mener han.

– Apropos svineinfluensa, er det mye av det i arbeidsdagen din?

– Jeg merker det mer som kommunelege enn som fastlege. Pasientene virker å være helt uaffisert av det – heldigvis.

Et faktum han ønsker å understreke om seg selv er at han er skeptisk til naturmedisin. Etter at han var leder for Legeforeningens utvalg for alternativ medisin i 1990-årene har noen oppfattet ham som positiv til alternativ medisin.

– Men jeg er kritisk. Veldig kritisk. Først og fremst bør vi ikke blande kortene: Er vi skolemedisinere, så er vi skolemedisinere. Det betyr ikke at jeg synes alternativmedisinere er dumme, men jeg er kritisk til tenkemåten de står for. Jeg mener for eksempel at homøopati er humbug. Men vi må samtidig erkjenne at noen kan hjelpe for ting vi leger ikke kan hjelpe for. Folk må gjerne gå dit, like gjerne som de går på konsert, sier Nessa.

Opera og maraton

På sine «eldre» dager er John Nessa blitt interessert i opera. Spesielt Mozart, spesielt i enerom og spesielt i vinterhalvåret. Da flater han gjerne ut på sofaen i biblioteket og drømmer seg bort.

Også løping er en helt fersk interesse. Og det skal gjøres skikkelig. Målet er å løpe Berlin Marathon. Nessa synes det er farlig interessant å finne ut hvordan en gammel kropp som aldri har trent systematisk,

plutselig kan komme i form. Han løper helst til han er kvalm og svimmel. Ellers blir han ikke bedre, mener han.

– Det er også en filosofi. Skal du trene skikkelig, skal du først ødelegge kroppen din litt og så la den få tid til å bygge seg opp igjen, sier han. Ifølge en venn og kollega har han en utrolig evne til å se bort fra kroppens signaler. På ferie i Toscana, på en svært varm dag, uten trening, uten vann, skulle den målbevisste legen springe to mil i oppoverbakke. På toppen var han mer død enn levende.

– Det var ikke så lurt, innrømmer han.

En toptur som gikk langt verre var den eldste sønnen Lars var med på for nøyaktig ett år siden. Han er fjellklatrer og fortalte foreldrene at han skulle til K2. Pappa John hadde aldri hørt om K2.

– Men venner fortalte meg at K2, det er selvmord. Jeg fantaserte om at han kom til å forsvinne der oppe. Så da vi fikk beskjeden om at noe hadde gått galt, var vi fryktelig nervøse.

Sønnen overlevde turen til verdens nest høyeste fjell, men det gjorde ikke turkame-raten Rolf Bae. Han og ti andre klatrere ble tatt av et isras og omkom.

– For meg var tiden før de dro den verste. Ifølge min kone er jeg ikke ferdig med det ennå, og det er kanskje riktig.

Da 55 venner og slektninger var samlet i Budapest i mars for å feire John Nessas 60-årsdag, var gaven fra sønn til far en bildepresentasjon fra turen.

– Det gjorde nok godt for ham å fortelle om det, og det var den største 60-årspre-sangen jeg kunne fått.

Eline Feiring

eline.feiring@legeforeningen.no
Tidsskriftet