

– For mye ansvar og for lite støtte, det er nok den hyppigste årsaken til at leger oppsøker meg som støttekollega. Mange er fortsatt av den oppfatning at en lege er en stødig og sterk person som fikser alt og står som en påle i stormen. Det er jo bare tull.

Intervjuet: Stein Nilsen

Spillemann og støttespiller

Stein Nilsen er opptatt av å ta vare på dem rundt seg, enten det er pasienter, familie, venner eller kolleger. Samtalen er et verktøy han ofte tar frem og som virker på overraskende mye. Som fastlege på tettstedet Florvåg i Askøy utenfor Bergen inviterer han stadig til dialog.

– Jeg kan si til en pasient at dette er det ikke sikkert vi kan fikse med en pille, men vi kan snakke om det. Så møtes vi regelmessig en tid, en åtte–ti ganger, og slik kan vi jobbe oss gjennom en livskrise eller en annen vanskelig situasjon.

Jeg treffer ham på legekantoret, et stort, lyst og ryddig rom med utsikt over Florvågen. Fra kolleger, venner og familie hagler superlativene om ham: lojal, flink, åpen, ærlig, klok, ydmyk, god å snakke med, lett å omgås, en strålende doktor. Men Stein Nilsen vil ikke fremstå som flink gutt, verken nå eller da han var liten. Da ville han bare være en del av gjengen.

Medisinstudiet virket kult

Legejobben er givende, men det har den ikke alltid vært. Yrkesvalget var dessuten litt tilfeldig, og det gikk en stund før han skjønnte at det var et riktig valg.

– Men skjønnte du fort at det var riktig?

– Nei. Preklinikken var en tung tid. Men det var et artig kull, så det sosiale veide opp for det tunge faglige. Og for all puggingen. Det tok lang tid før vi fikk møte pasienter, faktisk flere år, og det var først da det gikk opp for meg at medisinen kunne være et riktig valg. Erkjennelsen har vokst gradvis etter det også. Jeg trives bedre som lege nå enn for 15 år siden. Da jeg var i 30–40-årsalderen, kjente jeg ofte på at jeg ikke gledet meg til å gå på jobben som allmennlege. Ansvar var stort. Jeg lå ikke på toppen av min lykkekurve, for å si det sånn.

Nå trives Nilsen godt som fastlege. Florvåg er et lite sted, så han kjenner pasientene godt, kjenner samfunnet de bor i, kjenner livsbetingelsene deres og kan følge dem gjennom flere år.

– Nå er jo Florvåg et takknemlig sted

å være doktor, befolkningen er relativt homogen og det er ingen store sosiale forskjeller. Og så er det litt på landet, på den måten at man som lege må takle alt fra kirurgi til psykiatri.

Kolleger jeg har snakket med mener Nilsen behersker begge deler godt, og særlig det siste. «Stein må være den beste psykiateren som jobber i allmennpraksis,» er attesten fra en psykiaterkollega. Den sindige og beskjedne bergenseren synes det er store ord. Men han innrømmer at interessen for psykiatri er langt større enn kirurgiinteressen.

Støttekollega på sin hals

Ikke så rart, kanskje, at daværende avdelingsrådgiver for støttekollegaordningen i Hordaland, Kjell Johansen, mente Nilsen kunne egne seg. Spørsmålet kom i 1997 og svaret ble ja. – Jeg har ingen planer om å gi meg, sier han.

Støttekollegaordningen ble etablert i 1993 og ble til over flere år. Initiativet kom fra Norsk selskap for allmennmedisin allerede i 1986, men det var først ti år senere at alle fylkesavdelingene hadde etablert grupper. Mandatet for en støttekollega er å ta imot henvendelser fra leger eller medisinstudenter som har problemer de ønsker å diskutere med en kollega. Initiativet kan også komme fra samboer, ektefelle eller kolleger.

– Samtalen vi har skal ikke være en lege-pasient-samtale, men en dialog mellom to kolleger. Støttekollegaen er gjerne en erfaren lege som vet litt om hvilke utfordringer man kan møte både i jobben og i privatlivet. Vedkommende skal ikke nødvendigvis løse problemet, men være en likeverdig samtalepartner og kanskje hjelpe kollegaen videre. Det skal ikke føres journal, ikke skrives resept, og grensen i hver sak settes ved tre samtaler. – Kan det være vanskelig å sette strek etter det?

– Ja, det kan det. Men vi er enige på forhånd om at da bør vi ha kommet til en konklusjon. Konklusjonen kan være «OK, det går bra, jeg går videre i livet» eller en erkjennelse av at man bør oppsøke fastlegen

eller en psykiater. Da kan jeg som støttekollega hjelpe til med å formidle kontakt.

Støttekollegaordningen er et gratis tilbud, finansiert gjennom Sykehjelps- og pensjonsordningen for leger (SOP). Hver fylkesavdeling har en avdelingsrådgiver som administrerer og koordinerer ordningen. Stein Nilsen tok over roret i Hordaland for ti år siden.

– Her i Hordaland har vi en samling to–tre ganger i året. Å være støttekollega kan av og til være krevende og ensomt, så vi har også behov for å snakke sammen og føle at vi er en del av et fellesskap.

Kriteriet for å bli støttekollega er at noen mener man er egnet – verken mer eller mindre. Nilsens flokk teller tre allmennleger, én kirurg og én psykiater. Ifølge Nilsen har de god kapasitet og kunne gjerne tatt imot flere henvendelser. Kanskje ordningen ikke er kjent nok?

– Spørsmålet blir stadig stilt, og jeg tenker at blant de drøyt 19 000 yrkesaktive legene her i landet er det nok flere som kunne ha nytte av tilbudet. Noe av forklaringen kan være at eldre leger har litt vanskelig for å innrømme at de trenger hjelp. Yngre leger har gode relasjoner til sine kolleger og en fastlege de bruker. De fleste som har oppsøkt meg som støttekollega, er i 30–40-årsalderen.

– Hva slags type problemer tar de opp?

– Det er ofte jobberelatert. De har gått gjennomgå i mediene eller de har gjort en alvorlig medisinsk feilvurdering. Psykiske problemer eller problemer i familien er andre årsaker. For mye ansvar og for lite støtte fra arbeidsgiver er nok den hyppigste årsaken. Mange er fortsatt av den oppfatning at en lege er en stødig og sterk person som fikser alt og står som en påle i stormen. Det er jo bare tull. Leger er vanlige mennesker – sårbare, pliktoppfylgende. De kan ikke stå alene i alle sammenhenger.

En krise rammer alle

Akkurat det kan være greit å vite for ferske leger. Sammen med en kollega har Nilsen de siste årene undervist på turnuslegekur-



Stein Nilsen

Født 17. november 1955 i Bergen

- Cand.med. fra Universitetet i Bergen 1981
- Spesialist i allmenmedisin
- Fastlege ved Legesenteret i Florvåg fra 1984
- Rådgivende overlege i NAV fra 1998
- Universitetslektor ved Universitetet i Bergen 2004–07
- Leder av støttekollegaordningen i Hordaland fra 1999

Foto Eline Feiring

sene i Hordaland og Sogn og Fjordane. Her forteller de hvordan hverdagen for en lege kan arte seg, om det å komme ut i hardt vær og hente seg inn igjen.

– Vi utveksler erfaringer, og mange er modige til å sette ord på hvor vanskelig det av og til er. Og så forteller jeg en historie, som vi diskuterer etterpå, om en ung lege som er på hjemmebesøk og stiller feil diagnose. Pasienten dør, og legen oppdager dette tilfeldig da han leser dødsannonser i avisen noen dager senere. Han får sjokk og kommer i en personlig krise. Hva gjør han nå? Hvordan skal han komme seg gjennom dette? Turnuslegene har gjerne mange gode forslag. Noen vil bare glemme det, noen vil ringe enken, noen vil oppsøke en støttekollega. Først helt på slutten forteller jeg at historien er fra virkeligheten, og at den unge legen var meg selv.

– Hva gjorde du?

– Jeg ringte enken.

Historien endte for så vidt godt. Enken satte pris på at han ringte. Hun var ikke sint eller bebreidende, men sa at dette var en vurdering hvem som helst kunne gjort, uten at noen kunne anklages for å gjøre feil. Man er selv ofte sin sterkeste kritiker, mener Nilsen. Poenget hans er at slike kriser skjer med alle. Det er ikke et spørsmål om det skjer, men når. Derfor synes han det er viktig å få frem alle de gode tilbudene som finnes for leger i Norge. Lege-for-lege-ordningen finnes, i likhet med støttekollegaordningen, i de fleste av Legeforeningens fylkesavdelinger. I tillegg finnes ressurscenteret Villa Sana på Modum Bad. Dette er et tilbud til leger som trenger hjelp og støtte i kriser, som har vanskeligheter med å klare arbeidet som lege eller som står ved en korsvei i livet. Villa Sana tilbyr både ukeskurs og endagsrådgivning for leger, eventuelt med ektefelle (1). Tilbudet er finansiert av SOP og gratis for brukerne.

– Det er et ubegripelig flott tilbud, sier Nilsen.

Trygdelege mellom barken og veden

I tillegg til jobben som fastlege og støttekollega jobber han også deltid som trygde-

lege i NAV. Rollen som trygdeetatens rådgiver skiller seg klart fra alt annet han gjør.

– Det er for det meste en skrivebordsjobb. Men jeg bruker mye av min kunnskap som fastlege. Det aller viktigste for meg er å se mennesket i papirbunken. Nå er det heldigvis en omskiftning i NAV, der målet er å komme tidligere inn i sykmeldingsforløpet. Den dagen folk har skrevet under søknaden om uføretrygd, er det jo for sent. Hvis man derimot kommer inn i en sak som bare er et halvt år gammel, før folk blir sementert inn i en uførerrolle, kan man se på muligheter for annet arbeid, tilrettelegging på arbeidsplassen eller andre løsninger. Jeg opplever av og til at jeg gir råd som ikke blir fulgt. Juristene tenker kanskje at jeg har vært for forståelsesfull. Men jeg ser sjelden sakene igjen og får bare vite om dette hvis trygdesøkeren har klaget på vedtaket og juristene et år senere spør meg: «Hva mener du nå?» Det er et pussig spørsmål å få. Jeg mener jo det samme som sist.

Som universitetslektor ved Universitetet i Bergen underviste han medisinstudentene i konsultasjonsteknikk. I år begynner han som veileder for leger som videreutdanner seg til spesialister i allmenmedisin. Også disse skal han undervise i konsultasjonsteknikk og det han kan best: Gode samtaler.

De tre barna setter også pris på at faren er god å snakke med. Særlig datteren Gunnhild på 26. – Jeg går alltid til min far når det er noe jeg vil snakke om. Han er en veldig klok mann, men samtidig ydmyk. Han prøver ikke å bevise noe. Og så er han direkte og legger ikke fingrene imellom når du ber om råd, sier hun.

Simultankapasitet

I likhet med de andre jeg har snakket med avslører hun at doktor Nilsen er en uforskammet sprek mann. Han er spesielt glad i å løpe i oppoverbakke. Flere ganger i uken er han ute på løpetur med kona. Siden de bor rett under Fløien, bærer det enten rett opp eller rett ned. Stoltzkleiven opp er en årlig happening i Bergen, der rundt 3 000 delta-

kere fra inn- og utland deltar. Blant annet må man forsere 801 trappetrinn. Stein Nilsen pleier å være blant de beste i sin aldersgruppe. Han har dessuten et par seire i Holmenkollstafetten, og han har karet seg opp til K2 basecamp. K2, som ligger i Kashmir, er verdens nest høyeste fjell, og basecamp ligger på 5 100 m o.h. Men det måtte jeg slå opp selv. Stein Nilsen skryter verken av lengdetider eller meter over havet. Derimot snakker han gjerne om bandet Løvstakken. Repertoaret er irsk folkemusikk det svinger av, og Nilsen trakterer fiolinen. Det har han gjort siden han var liten.

Etter ti år med klassisk skoloring ville han legge fela på hyllen. Men så tok han den med seg inn i rocken i stedet – og i jazzen og folkemusikken. Siden har han aldri spilt etter noter. Notelæren er dog ikke glemt, han har god bruk for den i tenorrekken i Bergenhus Entusiastkor.

Simultankapasitet er en egenskap som godt kan tilskrives Stein Nilsen. Ifølge datteren kan han løse kryssord, lese, se på TV og snakke med kona samtidig. Bøkene han fordyper seg i, er som regel amerikanske.

– Forfatteren og psykiateren Irvin Yalom er en favoritt. Han skriver i grenselandet mellom fiksjon og faglitteratur. Ikke overraskende handler det mye om dialog leger og pasienter imellom og om hva en terapeut kan bety for pasienten og omvendt. Det er utrolig kloke og inspirerende bøker.

For det nye året 2009 ønsker Stein Nilsen seg først og fremst at hans nærmeste skal ha det bra. – Jo eldre jeg blir, desto viktigere blir det. Når det tikker inn tekstmeldinger fra ungene om at det har gått bra på eksamen eller drit med kjæresten, så lever jeg med dem. Alt annet blir temmelig likegyldig.

Eline Feiring

eline.feiring@legeforeningen.no
Tidsskriftet

Litteratur

1. Legeforeningens helse- og omsorgstilbud. www.legeforeningen.no/index.gan?id=147892&subid=0 [8.12.2008].