

LITEN OCH SJUK

av Therese Nilsson

Lite om mig själv:

AT-läkare i Lund, disputerad forskare och tutor för professionell utveckling termin 1, Läkprogrammet vid medicinska fakulteten i Lund. Studerat professionell kommunikation och mänskliga rättigheter vid Lunds universitet parallellt med läkarstudierna.

Oron lyste i era ögon. Ni tittade på varandra ömsom med innerlig ömhet och ömsom med kunskapsbaserad skräck. Ni hade ju sett CT-svaren och visste alltför väl vad de betydde. Till skillnad från många andra var ni jämförelsevis tysta. Kanske var det tankarna som kretsade kring tumörerna, eller det fruktansvärda i att veta för mycket på förhand?

Nu var du här... nu började nästa etapp på resan.

Jag förklarade rutinerna, introducerade operatören och försökte behandla dig som vilken patient som helst:

”Nu är det vi som tar över.”

”Låt oss hjälpa dig.”

Resignation... eller lättnad?

Dagen efter operationen fann jag dig sittandes på sängen. Bandaget satt lite på sned efter nattens sömnlösa timmar. Jag tog bort det, inspekterade såret och frågade hur du hade det. Du sa att något var fel och tittade mig vaksamt rakt in i ögonen för att få reda på sanningen. Stora råttor hade sprungit i väggen under de tidiga morgontimmarna. När du pekade bort i hörnet fnissade vi båda av lättnad när din rädsla för hjärnspöken visade sig

vara påfyllningen av linneförråden.

Skrattet var förlösande. Borta var den självanalyserande läkaren. Kvar fanns en liten och sjuk, men euforisk patient: ”Tänk att man kan må så här bra ändå! Vad ni är fina! Att få känna sig så här när man är nyopererad!”.

Du började gråta. Tårarna rullade nerför kinderna och du brydde dig inte ens om att torka bort dem. Jag satte mig bredvid dig på sängen. Gav dig pappersnäsdukar. Dina bara ben dinglade över sängkanten medan du snöt dig och döljde ditt tidigare känsloutbrott.

Vi satt så en stund och du bröt tystnaden med: ”Jag vet att det är fullständigt orimligt och jag vill inte vara till besvär, men kan jag få stanna här en dag till? Jag vill så gärna komma direkt hem.”

Jag lämnade dig för att kontrollera platssituationen. Du trodde inte att det var sant när jag sa att nu var det ordnat. Du stammade fram orden: ”... men behöver ni inte platsen?”. Du tystnade när jag la handen på din axel och sa att nu hade vi en plan: ”Du stannar ett dygn till och i morgon ser vi om du är medicinskt redo att komma hem.” En liten suck undslapp dina läppar och de spända axlarna sjönk ihop. Ännu en tid av officiell friskhet och anonymitet, ännu en tid innan viskningarnas löpeld startade på forna arbetsplatser.

Jag mötte dig en gång till.

Du förlorade kampen.

Tänker på vårt sista samtal mellan fyra ögon och hur du då undslapp några av dina natters demoner: ”Vad har jag gjort av mitt liv? Varför prioriterade jag inte annorlunda?”.

Du är inte ensam. Många patienters tankar cirkulerar kring dessa ämnen. I denna process är alla lika. Att känna sig liten och sjuk summerar allt – frustration, ilska, ånger, rädsla och att föra en ibland fullständigt övermäktig kamp mot en osynlig fiende.

När det normala livet och allt det välkända tar ofrivillig paus finns plötsligt tiden att tänka. Då tränger den ofärdiga dödens tankar fram ur det undermedvetna. De som är så flyktiga i livets ekorrhjul, men som nu blir själens obarmhärtinga myrkrypningar i allas vår otillräcklighet. Liten och sjuk förs en ojämlik kamp där de mörkaste stunderna kan vara fyllda enbart med hoppet om ett värdigt döende.

”[...] I natt skall jag dö – det flämtar en låga

Det sitter en vän och håller min hand

I natt skall jag dö – vem, vem ska jag fråga

Vart skall jag resa – till vilken land?

I natt skall jag dö – och hur skall jag våga? [...]”*

*Harriet Löwenhjelm (1887-1918)

Under vår yrkesgärning ser vi människor i kris, lidande och död. Det är det vi skall vara utbildade till att hantera. Det är det vi skall vara förberedda på. Under en relativt kort tid mötte jag flera svårt sjuka patienter som råkade vara läkare till professionen. Hur trösta, bota och lindra en läkare?

En vårdsökande läkares utsatthet är mångfacetterad – förväntningar att besitta all nödvändig kunskap och att bli blottad till kropp och själ innanför sjukhusens väggar. Svårigheten att behålla sin värdighet, sin professionalitet, sitt privatliv och en ibland omänsklig förväntan att kunna behärska sin egen oro. Många av dessa dilemman delar de med sina medpatienter, men läkarna råkar ibland även bli behandlade av arbetskamrater, på den egna arbetsplatsen, vilket kan vara både till fördel och till nackdel.

Sammantaget identifierar jag mig lätt med läkare som blir patienter och att synliggöra min Akilleshäl är en nödvändighet för att uppfylla min grundläggande strävan att behandla alla lika. Samtliga patienter är i beroendeställning till mig gällande hur jag sköter mitt arbete och hur jag bemöter dem och deras anhöriga. Samtliga är beroende av att jag för deras talan vid prioriteringar av sängplatser och resurser. Enbart genom att medvetandegöra det omedvetna i mina egna tankar och känslor finns förutsättningen för att jag skall kunna hantera alla patienter likvärdigt.

Balansen mellan att jonglera klinik, resurser och samtidigt bli översköld av ofta intensiva känslor från patienter och anhöriga kan vara svår att hantera. Hur utbildas vi i att utvärda tillsammans med våra patienter - mitt i deras ångest, sorg och ilska över sjukdomars stora orättvisa? Hur undviker vi att dras med ner i deras djupa avgrund? Räcker det att enbart påminna sig om att det är patienten som är sjuk och inte jag själv?

För mig personligen gör det inte det. Jag vet mycket väl att det är patienten som fortsätter kämpa för att hantera sin vardag, medan jag kan gå hem och leva mitt liv med mina nära

och kära. Det är de anhöriga som har förlorat och som sörjer, inte jag. Men vår arbetsdag kan vara omväxlande absurd, vansinnigt vacker och vidrig i sin grymhet. Det är tjuvningen och förbannelsen med läkaryrket, en del av livet och att lära sig att acceptera det är ett avgörande steg mot läkekonsten. Likväl stannar många patienter kvar en längre tid i ens medvetande och ett fåtal kommer jag alltid att bära med mig. Du är en av dem. Just detta möte, med en person vars stora personlighet och mod att dela med sig av sina existentiella tankar om livet, yrket och döden drabbade mig djupt.

Hur gör man för att orka arbeta som läkare under ett helt yrkesliv? De känslomässiga bergochdalbanorna jag ser i mitt arbete ökar mitt eget behov av att skriva när jag kommer hem. Att stanna upp, reflektera och sätta ord på mina tankar är mitt sätt att hantera den kliniska vardagen utan att bli alltför förhårdad. De oerhört vackra orden skrivna av Harrieth Löwenhjelm har dessutom vid ett flertal tillfällen gett mig styrkan att inte väja för det svåra samtalet. Samtal där vi som läkare måste orka närvara inte bara kroppsligen, men även med själen. Löwenhjelm's dikter och andra texter ger en trösterik känsla av att inte vara ensam om sina tankar. Att även kunna dela sina tankar med en reflekterande och lyssnande mentor ökar känslan av gemenskap. Ett mentorskap där en senior kollega generöst delar med sig av kunskaper och erfarenheter från sitt eget yrkesliv ger ovärderliga insikter för oss nyblivna kollegor. Ofta brottas vi ju med samma frågeställningar under hela vår karriär och att inse detta redan som AT-läkare minskar frustrationen över vår egen otillräcklighet. Denna känsla av gemenskap och kollegialt stöd försöker jag i min tur förmedla när jag handleder studenter under läkarprogrammets första termin. Genom att diskutera med dem håller jag lättare kontakten med de värderingar och tankar jag själv hade innan jag började läsa till läkare. Deras farhågor och förväntningar var även mina och att få stötta dem i deras första steg till att utveckla sin egen personliga yrkesstil är ett privilegium.

De ord du förmedlade till mig om livet, yrket, döden och hur viktigt det är att prioritera i

våra liv har påverkat min personliga utveckling mot att erövra den läkarroll som jag vill utvecklas till att förbli.

Dina ord förmedlar jag i min tur vidare till våra blivande kollegor.

PAGE

PAGE 1

Therese Nilsson, AT-läkare

Kontaktuppgifter: therese.nilsson@med.lu.se