



# Når land kan noget, by ikke kan

## – refleksioner over hoveduddannelsen

**K**lichéen passer. Det har været en rejse med op- og nedture. Min rejse begyndte i 2019, og nu er ansøgningen om specialelæge- anerkendelse indsendt. Når dette publiceres, er jeg blevet speciallæge.

Det giver tid til eftertanke. Når jeg ser mig tilbage, bliver det tydeligt, hvor stor læring der er i vores hoveduddannelse. Vores veje er forskellige, men der er meget, vi kan lære af hinanden, Hvis du er en ung kollega, der står og tvivler i det politiske stormvejr omkring almen medicin, er det vigtigt at huske, at der findes gode fortællinger – også ude på landet. Dette er en af dem.

### Sammen i det svære

Arbejdsdagene i både almen praksis og sygehus har budt på stor lærdom. Et af de største indtryk fik jeg på børneafdelingen. Det, jeg selv frygtede allermost, inden jeg startede, var at møde alvorligt syge børn, hvor lægefagligheden møder sine begrænsninger, og det kom jeg til. Barnet fra den vagt overlevede kun en uge, og vi gjorde alt, hvad vi kunne med helikopter, slanger og udstyr. Det var en situation, der gjorde indtryk på alle involverede, og det blev en af de erfaringer,

jeg aldrig glemmer. Det, der var vigtigt i efterforløbet, var den kollegiale faglighed og det sammenhold, der samlede os op og bragte os videre. De løbende samtaler og supervision viste, hvor meget vi kan bære på vores skuldre, når vi deles om det svære. Det er noget, jeg vil have med mig for altid, og som har givet mange refleksioner sidenhen.

Ud over det akutte arbejde tager vi mange beslutninger på vores patienters vegne i almen praksis i løbet af en dag, og det kan også blive en tung byrde at bære. Et af de bedste råd, jeg selv har fået, sender jeg hermed videre: Husk at sende ”aben” med patienten ud ad døren igen. Med andre ord: de udfordringer, patienterne kommer med i konsultationen, skal ikke ”efterlades” på lægens bord, hvor man kan sidde tilbage med en følelse af at bære hele ansvaret alene. ”Aben” skal håndteres i samarbejde med den enkelte patient, og den skal gerne forlade konsultationslokalet igen med patienten.

### Skab netværk

Til mit held skulle sygehuset søsætte et nyt projekt den dag, jeg begyndte – et netværk for hoveduddannelses-

læger i almen medicin i blokstilling. Desværre kan man ikke forvente, at det findes på alle sygehuse endnu, men det er et tiltag, der begyndte og vokser uden for de større byer. Disse netværk er initieret, fordi hoveduddannelseslæger i almen medicin oplever større ensomhed på hospitalsdelen af uddannelsen sammenlignet med almen praksis-delen. Der er der flere grunde til.

Man er besøgende på afdelingen i kort tid og i skiftende specialer, hvor man ofte skal starte forfra fagligt ved hvert skift. Der er ikke altid mange andre bloklæger, og man bliver helt naturligt træt af de mange afdelings-skift. Socialt sammenhold løfter arbejdsstrivelsen under hospitalsdelen. Hvis det ikke allerede findes, så skab et! Det kan også være en DGE-gruppe for juniorer, hvis der ikke er mulighed for netværk i blokforløbet. I vores netværk mødtes vi månedligt på sygehuset til almen praksis-faglig undervisning med enten interne eller eksterne undervisere. Efterfølgende var der tid til at drøfte trivsel og høre lidt om de afdelinger, man snart skulle besøge. Ud over disse møder tog vi afsted sammen på Store Praksisdag og Nordisk Kongres og støttede de lokale restau-



Karolina og jeg med Grøn Praksis på Store Praksisdag i 2022. Foto: privat.



Slagelse Sygehus på en smuk forårsdag i 2023. Foto: privat.

ratører med besøg. Det har givet venner og bekendtskaber for livet. Måske er det her, du finder din kommende kompanion?

### Øv dig i ledelse

Se på din hoveduddannelse som et laboratorium, hvor du kan øve dig i kommunikation, strategiske overvejelser og konstruktive konfliktløsninger. Ledelse findes mange steder i hverdagen, og man har også som uddannelseslæge mulighed for at "lede op ad". Det fik vi prøvet i flok, da vi var flere yngre læger på tværs af specialer som gik i konstruktiv dialog med afdelingen for at styrke vores uddannelse. Vores fokus var flere ambulatoriedage med udgangspunkt i vores målbeskrivelser. Det havde en effekt dengang, og vi skal konstant holde fast i, italesætte og insistere på vores uddannelse.

Hvis du tager initiativ, så vær godt forberedt. Overvej samtidig, hvad du ville gøre som leder, hvis du fik den samme henvendelse. Det kan være fint at reflektere over, hvordan det er at sidde på hver sin side af bordet. Du kommer med stor sandsynlighed selv til at være leder på et tidspunkt.

### Dyrk fagligheden

At have noget ved siden af hoveduddannelsen har holdt mig oppe på trods af "nedture". Jeg søgte fagligt fællesskab i DSAM's interessefællesskab Grøn Praksis og fik afløb for min nysgerrighed i Forskningsenheden for Almen Praksis. Den sidste tilknytning gjorde, at jeg gik ned i tid i klinikken. Det var noget, jeg måtte søge tilladelse til hos alle cheflæger på kommende hospitalsafdelinger og hos min fase 2-praksis. Det var tidskrævende og lidt usikkert.

Den første afdeling så ikke meningen i det, men jeg fik efter flere forhandlinger lov at gå ned i tid for at kunne forske en dag om ugen. Ændringer kommer sjældent uden en lille kamp. Giv det en chance, og giv ikke op. Det kan virkelig anbefales at engagere sig i noget uden for hoveduddannelsen. Du møder inspirerende kollegaer og ildsjæle, der giver energi til rugbrødsarbejdet. Meld dig ind i FYAM, DSAM eller en af de mange andre gode faglige grupper, og vær med til at sætte et præg på retningen.

Fagligheden dyrkes også i almen praksis. Med mine erfaringer kan jeg kun anbefale at søge hoveduddannelse uden for de større byer. Du får en solid uddannelse i multisygdom, polyfarmaci, kræftpakker, palliation, men også i diagnostik, opfølgning og medicinjustering for kroniske sygdomme. Du bliver både øvet i relationskompetence og diagnostisk tankegang, og du kommer til at se og mærke, hvad kontinuitet betyder for patienter med kroniske sygdomme. Vi hører tit om den demografiske ulighed i sundhed, men vi glemmer at tale om den demografiske ulighed i uddannelsen af kommende praktiserende læger.

Jeg håber, at fremtidens uddannelse sørger for, at forløbene i højere grad bliver en blanding mellem praksisser med høj og lav tæthed af patienter med kroniske sygdomme. Det kommer alle til gavn!

### Råd er gratis – brug dem, du kan

Dyrk din faglighed, øv dig på ledelse, find et fællesskab, og brug dine kloge kollegaer i almen praksis og på sygehusene; de vil gerne lære fra sig. Vidderne er åbne, og fagligheden er stor.

Du kan se frem til en god speciallægeuddannelse! ●