

Yfir 600 íslenskir lækningar í útlöndum

60% íslenskra lækna erlendis eru í Svíþjóð.

Talið er að 190 af um 600 læknum erlendis séu í sérnámi

■ ■ ■ Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

Alls eru 602 íslenskir lækningar erlendis. 60% þeirra eru í Svíþjóð, 19% í Noregi, 10% í Bandaríkjunum, 7% í Danmörku og 4% í Bretlandi. „Líklega eru 190 af þeim í sérnámi, ef maður skoðar aldurs- og samsetninguna,“ sagði Ásta Valdimarsdóttir, ráðuneytisstjóri heilbrigðisráðuneytisins, á Heilbrigðisþingi 2020.

Hún sagði að búast mætti við að 60 útskrifist úr grunnlæknanámi erlendis árið 2025. Þar af útskrifist 53 frá Slóvakíu, eða 20 fleiri en verði árið 2024. Sjá má á

tölum ráðuneytisins að læknanemum í Ungverjalandi fækkar á meðan þeim fjölgar í Slóvakíu. Þrír útskrifast á ári frá Danmörku fram til ársins 2025.

Ásta sagði frá því að 222 stundi sérnámi í læknisfræði hérlandis í ár, þar af séu 68 í heimilislækningum. Hún nefndi einnig að 95 séu í meistaranámi í hjúkrunarfræði og 38 í ljósmóðurfræði. Þá séu 125 í diplómánámi.

Hún segir mjög jákvæða þróun í heimilislækningum. „Það hefur verið lögð áhersla á það hjá ráðherra að auka sérfræðinám í heimilislækningum,“ sagði hún. Þá væri verulega ánægjulegt að sjá fjölgunina í doktorsnámi við Háskóla Íslands, úr 11 árið 2015 í 34 árið 2019.

Ásta fór einnig yfir samanburð við önnur ríki. Þar kom fram að færri lækningar væru að meðaltali á hverja 1000 íbúa hér (3,9) en í Svíþjóð (4,1), Danmörku (4,0) og Noregi (4,8). Miðað var við nýjustu gögn OECD (2016-2018). Þar kom einnig fram að laun lækna sem hlutfall af meðallaunum landsmanna væru 2,1 hér á landi, 2,3 í Svíþjóð, 2,6 í Danmörku en 1,8 í Noregi.

„Hér erum við þó með mun fleiri sérfræðilækna en almenna lækna,“ sagði Ásta. Hún fór einnig yfir mat á mannaflapörf miðað við spá forsvarsmanna 33 heilbrigðisstofnana. Fram kom í svörum



Ásta Valdimarsdóttir fór yfir fjölda leyfa og áætlanir um mannafla í heilbrigðiskerfinu á Heilbrigðisþingi í lok nóvember. Mynd/Skjáskot

10 stærstu starfsstettir heilbrigðiskerfisins í lok árs 2019

Hjúkrunarfræðingar	4281
Sjúkraliðar	3900
Lækningar	1508
Proskapjálfar	1063
Sjúkraflutningamenn	1055
Sjúkraþjálfar	779
Sálfræðingar	707
Félagsráðgjafar	658
Heilbrigðisgagnfræðingar	561
Lyfjafræðingar	534

Heimild: Tölur heilbrigðisráðuneytisins frá Heilbrigðisþingi 2020

þeirra að mikill skortur væri á hjúkrunarfræðingum, bæði á höfuðborgarsvæðinu og á landsbyggðinni. Þörf væri minni hjá sjálfstætt starfandi stofnunum en ríkisreklamum. Fram kom að ekki væri metinn mikill skortur á læknum á höfuðborgarsvæðinu en meiri skortur væri á landsbyggðinni.

Ráðuneytið leggur mat á þörf eftir mannföldaspá til ársins 2030. Það telur að fjölga þurfi starfsfólki innan heilbrigðiskerfisins almennt um 12% samkvæmt „háspá“ eða þeirri sem metur þörfina mesta.

Offita mest hér í Evrópu

„Ísland er núna með hæsta hlutfall fólks í ofþyngd í Evrópu,“ sagði Ásta Valdimarsdóttir, ráðuneytisstjóri heilbrigðisráðuneytisins þegar hún fór yfir tækifærin í áskorunum sem heilbrigðiskerfið horfir fram á. „Við erum að nálgast Bandaríkin. Þetta eru hræðilegar tölur,“ sagði hún.

„Við sjáum að sjálfsögðu aukinn stoðkerfisvanda á Íslandi. Við sjáum 50% aukningu milli ára á blóðsykurslækkandi lyfjum – þá er ég ekki að tala um insúlín.“

Veirugreiningartækið komið

„Léttir og ánægja,“ segir Karl G. Kristinsson, prófessor og yfirlæknir á sýkla- og veirufræðideild Landspítala, en nýtt veirugreiningartæki sem boðið hafði verið eftir kom til landsins 13. desember. Von var á tækinu í nóvember en það getur greint allt að 4000 sýni daglega. „Við höfum ekki fengið einhlítar skýringar á seinkuninni aðrar en ástandið vegna COVID.“

Karl segir að vegna samstarfs við Íslenska erfðagreiningu þar sem 18

starfsmenn deildarinnar hafi haft aðstöðu, hafi seinkunin ekki komið að sök. „Við höfum því verið með fullnægjandi afkastagetu, en með tækinu getum við flutt til baka.“

Þrír tæknimenn frá Bretlandi eru væntanlegir í janúar til að setja tækið upp og reiknað er með að taka það í notkun um 20. janúar. „Fyrst um sinn verður það aðallega nýtt fyrir COVID. Við vitum ekki hvernig faraldrinum vindur fram og hvenær verður komið hjarðónæmi en



Karl G. Kristinsson yfirlæknir á Landspítala er létt því að tækið sem boðið hefur verið eftir er komið í hús. Það verður sett upp í janúar. Mynd/Læknablaðið

þá notum við það fyrir aðrar rannsóknir. Þetta tæki getur greint miklu fleira en COVID. Bæði veirur og bakteríur,“ segir hann.

„Við getum því boðið mun betri þjónustu, styttri svartíma og fleiri rannsóknir.“

Meiri líkur á öndunarfærasýkingum ef D-vítamín skortir

Hannes Hrafnkelsson heimilislæknir bendir á að fólk með nægt D-vítamín standi betur í COVID

■ ■ ■ Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

„Rannsóknir benda til þess að ef einstaklingur er lágur í D-vítamíni aukist líkur á öndunarfærasýkingum, sem er hægt að fækka með því að gefa reglulega D-vítamín,“ segir Hannes Hrafnkelsson, heimilislæknir á Seltjarnarnesi.

„Nýleg rannsókn í *Nature* sýnir að fólk sem lagðist inn á sjúkrahús vegna COVID-19 og hafði lágt D-vítamín-gildi fór verr út úr veikindum sínum en það sem mældist með eðlilegt D-vítamín,“ segir hann og hvetur til árvekni og inntöku vítamínsins, sérstaklega nú í faraldrinum þegar margir séu enn meira inni við en áður. Sólarljós er helsta uppspretta D-vítamíns að sumri til.

Rætt verður um mikilvægi D-vítamíns á Læknadögum 21. janúar. Hannes opnar málþingið. „Það er löngu komið í ljós að vítamínið er mjög mikilvægt en það þarf að minna á það,“ segir hann og nefnir þekktar afleiðingar D-vítamínskorts eins og beinkröm og beinmeyru. Nú sé vitað að D-vítamín hefur áhrif á margvíslega starfsemi líkamans.

Hann vísar í fræðigreina sem birtist í *Læknablaðinu* í maí á þessu ári og Berglind Gunnarsdóttir heimilislæknir leiddi, sem sýnir að þéttni D-vítamíns í blóði hjá meirihluta barna og ungmenna hér á landi, eða um 60% þeirra, sé undir ráðlögðum gildum Embættis landlæknis. „Í endurteknum mælingum voru 40% krakka undir því sem landlæknir ráðleggur. Bara 13% voru með endurtekið gildi sem landlæknir metur nægjanlegt,“ segir hann.

Rannsóknin var gerð á sömu krökkum aftur með nokkurra ára millibili og segir Hannes ljóst að þegar ungbarnaeftirliti sleppir hætti margir foreldrar að gefa krökkunum D-vítamín. „Við sáum að mjög lítil hluti 7 ára krakka var að taka lýsi eða D-vítamín.“

Hann hvetur til átaks í öllum aldursþópum og þá sérstaklega hjá þeim í áhættuhópi eins og gert er í fræðigreininni í *Nature*. Ekki hafi skort á umræðu um mikilvægi þess, sem þó virðist litlu skila. „Við foreldrarnir berum þessa



Hannes Hrafnkelsson heimilislæknir hvetur til inntöku D-vítamíns og bendir á að það hjálpi þeim sem veikist af COVID-19. Mynd/gag

ábyrgð,“ segir hann. Embætti landlæknis mælir með að hver taki um 800 einingar daglega og tekur Hannes undir þær ábendingar. Ekki hafi þó verið hægt að sýna fram á skaðleg áhrif D-vítamíns þótt fólk taki allt að 4000 einingum á dag.

Nefnir hann að einstaklingar með skert frásög, eins og til dæmis þeir sem hafi undirgengist aðgerðir vegna offitu, gætu þurft stærri skammta en þá sem Embætti landlæknis ráðleggur.

„Hópurinn fer stækkandi,“ segir hann. „Þeir sem hafa látið taka hluta þarmanna eru sumir með þann fylgikvilla að frásoga ekki vítamínin eins vel og áður. Þeir geta því þurft meira.“

Læknar geta notið Læknadaga í heilan mánuð

„Sveigjanleikinn verður í fyrirrúmi. Langar vaktir eða búseta utan höfuðborgarsvæðisins þurfa ekki að hindra þátttöku á Læknadögum, allir geta notið dagskrárinnar,“ segir Margrét Aðalsteinsdóttir, starfsmaður Fræðslustofnunar lækna og Læknafélagsins. Hún heldur utan um Læknadaga í ár sem fyrri ár.

„Já, það er eins með Læknadaga og aðrar ráðstefnur um þessar mundir. Rafræni,“ segir hún. Ráðstefnunni verður streymt frá Hörpu dagana 18. til 22. janúar. Gæðin verða því mikil. Sérstök heimasíða heldur

utan um dagskrána og sér Advania um hana en tæknimenn Hörpu sjá um útsendinguna.

„Ekkert Teams, engir tækniörðugleikar,“ lofar Margrét. „Hægt verður að horfa á málþingin í beinni en einnig nálgast þau í mánuð eftir útsendinguna. Enginn þarf því að missa af málþingunum þótt fleiri en eitt séu í gangi á hverjum tíma.“

Málþingin eru mæld í tugum, eða yfir 30 auk hádegisfyrirlestra. Vel yfir 130 manns taka þátt í umræðum og halda fyrirlestra. Aðgangseyrir er 30.000 krónur.



Fyrsta læknaþingið sem Margrét Aðalsteinsdóttir hafði yfirumsjón með var þriggja daga endurmenntunarping lækna haldið á Hotel Loftleidum árið 1994. Á Læknadögum 2021 er Margrét enn skipperinn í brúnni og með alla (rafmagns-)þræði í hendi sér. Mynd/gag