

Sigurveig Margrét Stefánsdóttir er sérfræðingur í heimilislækningum á Heilsugæslunni Höfða og tók þessa sjálfu.



Dagur í lífi heimilislæknis

Með margar vekjaraklukkur í viðbragðsstöðu

Sigurveig Margrét Stefánsdóttir

07:12 Er með 8 mismunandi vekjaraklukkur stilltar frá 6:40-7:10 eftir ferðalag um helgina. Náði að slökkva á þeim öllum áður en ég náði viðunandi meðvitundarstigi. Sofnaði samt fyrir miðnætti í gær í fyrsta sinn frá því í lok sex ára bekkjar. Borgar sig greinilega alls ekki!

07:15 Vakningar hefjast á heimilinu. Tveir eru útskrifaðir úr þjónustu, sá þriðji kominn niður í lágmarksþjónustu en sá fjórði enn í áskrift. Líklega einfaldara að vekja einhvern frá dauðum heldur en þetta verkefni.

07:20 Hraðsturta búin, greiði og bursta tennur og eyði ekki sekúndu í að snurfusa mig. Meðvitað val, því þannig vekur það meiri athygli þegar maður svo hefur sig til á tyllidögum!

07:30 Vakningar halda áfram. Verð að eftirláta föðurnum að halda áfram.

07:40 Hengi upp úr þvottavél, set í aðra. Dæsi hátt og vona að einhver heyri og byrji að þvo þvott. Samviskubit er mjög vanmetið í uppeldi og samböndum!

07:46 Legg af stað í vinnu, er 6 mínútur á leiðinni sem er ótvíræður kostur. Bara 20 Heilsuverur bíða eftir gærkvöldið og nóttina, 19 lyfjaendurnýjanir þar fyrir utan. Næ í kaffi, byrja að svara því sem hægt er og senda lyf.

08:20 Fyrsti skjólstæðingur dagsins er mættur. Er með móttöku á 10 mínútna fresti til að byrja með til að afgreiða stutt

erindi, en 20 mínútna fresti eftir það. Engin erindi eins að vanda og ótrúlegustu hlutir sem allt í einu dúkka upp. Munar svakalega um að hafa hér röntgen, ómun og CT-tæki auk skjótra blóðrannsóknna. Oft hægt að spara mörg sporin og klára flóknar uppvinnsur á augabragði.

12:00 Engin móttaka í klukkustund. Svára Heilsuveru á sameiginlega rýminu okkar, sendi lyf og hleyp niður í Mathöll og gríp mér bita. Borða í dag á kaffistofunni. Þar er alls kyns frábært samstarfsfólk sem alltaf er hægt að reiða sig á að fáí mann til að brosa, hinir sérgreina-læknarnir, sjúkraþjálfararnir, sálfræðingarnir og síðan samstarfsfólkið á heilsugæslunni.

13:00 Móttakan heldur áfram. Af nógu að taka eftir hádegi. Er loks farin að þekkja suma skjólstæðinga vel á tæpum tveimur árum. COVID-vesenið seinkaði því líklega svolítið. Suma hef ég aldrei séð grímulausa eða þeir mig meira að segja.

15:30 Flyt mig á sameiginlegt vinnurými læknanna. Símtöl taka við og allskyns annað. Sný mér oft við og fæ álit hinna læknanna og öfugt. Gjörbreytir deginum algjörlega að sitja svona saman. „Blóðprufur eins og arabískur veðhlaupahestur,“ segir einn í símann við sitt fólk. Aðrir eru að fá konsúlt og sumir að vinna í pappír.

17:00 Læt eftir mér að fara á æfingu í ræktinni sem er á hæðinni líka. Hefði í

dag heldur kosið að láta draga úr mér endajaxla án deyfingar en þræla mér í gegnum æfinguna þó.

18:15 Kem heim. Enginn beinlínis sem saknaði mín svo, nema hundurinn sýnist mér reyndar, sem er kostur.

19:00 Matur tilbúinn. Næ ekkert alltaf öllum heimilismeðlimum saman en reyni að rembast eins og rjúpan við að halda í það að flestir borði saman heitan mat. Þó ekki sé nema til að þykjast. Sumir borða á endanum grjóno úr búð örugglega, en þetta lúkaði að minnsta kosti vel!

21:30 Frágangur og allskonar búíð. Byrja að undirbúa að vakningar næsta dags verði miklu skemmtilegri með smölun þeirra sem þurfa í háttinn. Tekur að vanda svipaðan tíma og að leysa úr langvinnnum milliríkjadeilum. Er svolítið að klára pappír inn á milli í fjartengingunni líka.

23:55 Ótrúlega margt sem mér finnst ég þurfa að klára núna. Þvo meiri þvott, horfa á eitthvað og þar fram eftir götum. Enda prófaði ég í gær að fara snemma að sofa og það virkaði hvort eð er ekkert sérstaklega. Prófa kannski aftur eftir önnur 42 ár! Stilla til öryggis 9 klukkur fyrir morgundaginn.