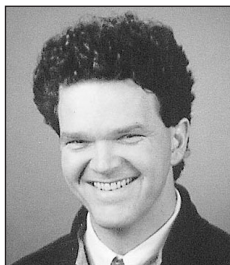


Af hafragraut og HÖKUM



Bjarni Jónasson

Með hugann við hægðir

Bjarnmundur læknir var þekktur fyrir það að sleppa fáum tækifærum sem gáfust til að tala um hollustu og heilbrigði við sjúklingana. Sérstaklega var tekið eftir því að læknirinn virtist hafa meltinguna sem sérstakt áhugasvið og hann var sérdeilis upptekinn af því hvort ristillinn væri sáttur við hlutskipti sitt. Svo langt gekk þessi umhyggja læknisins að hann ráðlagði sjúklingum sínum meira að segja að borða hafragraut á morgnana og strá All-Bran út á. Hann lét þau ummæli gjarnan fylgja ráðleggingunum, að hann vissi af eigin reynslu allt um ágæti þessara tveggja fæðutegunda.

Læknirinn hélt ekki nákvæma skrá yfir það hversu ítarlegar leiðbeiningar Páll eða Jóna eða Úrsúla eða hver sem var hafði fengið um heppilegt mataræði. Það kom meira að segja fyrir að sumir fengu að heyra lofræðuna um ágæti hafragrautsins og All-Bran oftar en einu sinni.

Guðbjörg, sem var á miðjum aldri hafði heyrt ræðuna áður. Bjarnmundur var búinn að vera læknirinn hennar í hálfan annan áratug og þekkti hana vel. Þegar hún kom á stofuna með dæmigerð iðraólgueinkenni og búíð var að ganga úr skugga um að ekkert alvarlegt amaði að henni hófst lofræðan um grautinn. Guðbjörg greip fljótt fram í fyrir lækninum og sagði með þungri áherslu: „Ég skal gefa þér þetta All-Bran sem ég á, Bjarnmundur og mér finnst hafragrautur vera eins og hor.“ Málið var útrætt.

Norðan heiða

HAKAR (starfsfólk Heilsugæslustöðvarinnar á Akureyri) eru engum líkir. Þeir eru bæði fyndnir og skemmtilegir og eru þá aðeins taldir örfáir kostir þeirra. Á dögnum fengu þeir heimsókn að sunnan, þegar GABBAR úr Garðabænum (aðrir í fjölskyldunni eru HEBREAR í Efra Breiðholti) skruppu norður og fræddust um þróunarverkefnið **Nýja barnið**, sem vakið hefur verðskuldaða athygli. Í för var einnig Hulda félagsráðgjafi, sem þekkir vel til HAKANNA, sumra hverra að minnsta kosti. Móttökurnar voru stórbrotnar. Þegar Pétur var að lýsa hugmyndafræði heilsugæslunnar og hversu ágætlega hún nýttist í verkefnum eins og Nýja barninu stóðst Hulda ekki mátið og sagði: „Mikið er það gott að þú skulir vera til, Pétur minn.“ Þá heyrðist í Hjálmari: „Já, en það mætti vera til minna af honum.“

Nokkur spakmæli

Drottinn læknar og doktorinn hirðir peningana.

Þú skalt ekki búa í þorpi án læknis.

Fáir lögmenn deyja hraustir, fáir læknar lifa hraustir.

Náttúran, tíminn og þolinmæði eru lækningaþrenningin mikla.

Sársauki í litla fingri finnst í öllum líkamanum.

Fyrsta hjálp

Kona kom að slösudum manni og gerði sig líklega til að hjálpa honum. Þá kom maður aðvifandi, sem fór mikinn og tilkynnti nærstöddum:

„Ég bið ykkur vinsamlegast um að fara frá því ég hef farið á námskeið í fyrstu hjálp og ég kann endurlífgun.“

Konan fylgdist með mannum í svolitla stund, en bankaði síðan í öxlina á honum og sagði: „Þegar að því kemur að þú þarft að kalla í lækni, þá er ég þegar mætt á staðinn.“

Stelsýki

„Læknir, læknir, ég verð strax að fá töflur hjá þér. Ég hef fengið stelsýki.“

„Reyndu þessar, en ef þær virka ekki reddaðu mér þá um geislaspilara.“

Heil meðferð

Jónas hafði þekkt heimilislækninn sinn frá unga aldri. Samband þeirra var afar gott og þegar þeir hittust var iðulega rætt um eitt og annað, sem ekki tengdist beinlínis erindi dagsins. Jónas var feiknamikill húmoristi og hafði gaman af því að segja lækninum sögur. Hann var búinn að reyna margt á þeim 30 árum sem hann hafði lifað og hafði meðal annars verið á Vogu til að komast undan áfengisbölinu. Eftir meðferðina sótti hann AA-fundi samviskusamlega og stóð sig vel í bindindinu. Læknirinn átti bágð með sig þegar Jónas sagði honum söguna af AA-fundinum, þar sem þeir hittust fyrrum drykkjufélagarnir og vinirnir Jónas og Tómas. Sá síðarnefndi var búinn að fara þrisvar í meðferð á Vog, en hafði aldrei haft þolinmæði til að stoppa þar nema stutt í hvert skipti. Jónas vildi vini sínum allt það besta og sagði: „Tómas minn, þetta gengur ekki svona hjá þér lengur. Þú verður að fara í **heila** meðferð.“ „Hvað segirðu,“ sagði Tómas skelkaður, „hvern andsk... eru þeir nú farnir að gera við **heilann** í manni?“

Sendið efni í anda

læknaskops í

Broshornið,

Læknablaðinu,

Hlíðasmára 8,

200 Kópavogi

eða í bréfasíma

564 4106

eða á netfang:

bjarni.jonasson@

gb.hgst.is

Getið þess hver sendir, en það sem birtist verður undir dulnefni.

Læknablaðið áskilur

sér rétt til að lagfæra

texta.