

# Laugavegur hraðferð með ráðgjöf

## Laugavegur hraðferð

Þrjú kollegar á heilsugæslustöð sem er hvorki í Kópavogi né Hafnarfirði höfðu mjög góða reynslu af að fara saman til fjalla. Þeir bjuggu við gott hlutskipti á heilsugæslustöðinni og voru einu karlmennirnir í 25 manna hópi starfsmanna. Sumarið 2003 gengu þeir Leggja-brjót og samheldni þeirra sem var mjög góð fyrir þá ferð varð eins og hjá fóstbræðrum. Nú var stefnan sett á að taka „Laugavegin“ frá Landmannalaugum til Þórsmerkur á tveimur dögum í stað hefðbundinna fjögurra daga. Læknarnir voru allir á besta aldri og vel á sig komnir, en þó var einn þeirra elstur. Það var haft á orði að hann væri meira upptekinn af starfsemi líkamans en ferðafélagarnir og gekk meira að segja með púlsmæli í fjallaferðum. Nesti til ferðarinnar var valið af gaumgæfni, enda mjög mikilvægt að hafa það sem næringar- og áhrifaríkast. Þegar Útivistarhópurinn var að gera sig kláran til að halda af stað frá Landmannalaugum snemma morguns heyrðist sá elsti tuldra þar sem hann kom skokkandi frá snyrtingunni og orðinn nokkuð seinn fyrir: „Ég vissi að ég fengi það í hausinn að vera að borða allt þetta All-Bran, nú þegar búinn að fara tvisvar á klóid í morgun.“

## Ráðgjöf í mataræði

Sigurbjörg var komin fast að áttæðu og hafði verið einn tryggasti sjúklingurinn hjá Guttormi heimilislækni til margra ára. Hún hafði allþunga sjúkrasögu og var því tíður gestur á stofunni hjá læknum. Eitt af því sem Sigurbjörg var óánægð með var hvernig hún væri í laginu. Hún var ekki sátt við að vera aðeins 153 cm á hæð og enn ósáttari við að vega rúmlega 80 kíló. Þegar Guttormur færði í tal við hana hvort hún vildi hitta Svövu hjúkrunarfræðing á heilsugæslustöðinni til að fara yfir mataræðið og styðja hana í því að léttast ljómaði Sigurbjörg af ánægju og féllst strax á að panta sér tíma. Hún kvaddi læknum, gekk fram til móttökuritarans og sagði: „Ég ætla að bóka tíma í ráðgjöf í mataræði. Nú ætla ég mér að verða bæði HÁ og GRÖNN.“

## Fint leikrit

Geðlæknirinn: „Ég sé að þú ert að lesa símaskrána. Hvað færðu út úr því?“

Sjúklingurinn: „Leikfléttan er hálfleleg en leikarahópurinn er stórkostlegur.“

## Fleiri en einn?

Á húð- og kynsjúkdómadeildinni var verið að taka sjúkrasögu hjá þrítugri konu til að hægt væri að meta hvort hún lifði áhættusömu kynlífi. „Hefur þú átt marga rekkjunauta síðustu misserin?“ spurði læknirinn. „Ó, nei, læknir minn góður. Bara einn í einu,“ svaraði konan.

## Veistu svarið?

Tíu ára gutti kom á slysideild með heilahristing eftir að hafa dottið á hausinn á línuskautum. Læknirinn sem tók á móti drengnum spurði: „Veistu hvar þú ert staddur?“ „Já, en ert þú ekki viss?“ spurði strákur.

## Alltaf í boxinu

Læknirinn var að ræða við manískan sjúkling inni á geðdeild. Aðaláhugamál mannsins voru hnefaleikar og fjálglegar lýsingar fylgdu á löngum keppnisferli. „Jamm,“ sagði maðurinn, „32 bardagar þar sem 28 lauk með rothöggi.“

„Það var sannarlega vel af sér vikið,“ sagði læknirinn.

„Jæja, finnst þér ég geta verið ánægður með að hafa verið rotaður 28-sinum?“

## Friðþjófur í aðgerð

Það var bráðakeisari á kvennadeildinni, búið að bjarga barninu og öllum á skurðstofunni var létt. Skyndilega fór píptæki sérfræðingsins á dagvaktinni í gang þar sem það hékk framan á buxnastreng karlmansins sem átti vaktina. Það pípti án afláts. „Viltu vera svo góð og reyna að slökkva á tækinu mínu,“ sagði læknirinn við hjúkrunarfræðing sem stóð á lengdar og tók ekki beinan þátt í aðgerðinni. Hjúkrunarfræðingurinn brást vel við beiðni læknisins, tyllti sér fyrir aftan hann og fór að fikra sig með höndunum undir aðgerðarsloppinn í áttina að píptækinu. „Svona, svona, okkur liggur ekkert á,“ sagði læknirinn spökur á svip.

## Man ekki neitt

Sjúklingurinn: „Læknir, þú verður að hjálpa mér. Ég man ekki það sem ég er nýbúinn að segja.“

Læknirinn: „Hvenær tókstu fyrst eftir því?“

Sjúklingurinn: „Tók eftir hverju?“



**Bjarni Jónsson**

*bjarni.jonasson@hg.is*

Bjarni er heimilislæknir í Garðabæ.