



## Personlige opplevelser

Innlegg på inntil 1000 ord om personlige opplevelser og erfaringer som pasient eller pårørende sendes [tidsskriftet@legeforeningen.no](mailto:tidsskriftet@legeforeningen.no)

# Engler rundt et bord

Både som pasient og pårørende ønsker vi å bli sett og forstått. Jeg har hatt gleden av å oppleve god omsorg og respekt.

Underveis i livet har en og annen av mine nærmeste vært syke. Jeg er eneste lege i storfamilien rundt meg. Det finnes ikke en eneste person med annen helseprofesjon. Det kan fort bli noen henvendelser til Guri hvis det skal kommuniseres med helse-tjenesten, som for mange fortsatt er et helsevesen, eller hvis noe skal bedømmes, vurderes eller diskuteres. Jeg har aldri vært fast-lege for noen av dem. Jeg har smilt pent og sagt: «Nei, dette er jo ikke jeg oppdatert på, jeg er best på illegal rus, tunge stoffmisbrukere, abstinens, avrusning og metadon, jeg.» Det er ikke lett å være pårørende, og det blir ikke enklere når man har en helseprofesjon.

Jeg er datter til gamle og etter hvert ganske så skrøpelige foreldre. Nylig ble min ene søster og jeg innkalt til et møte på sykehjemmet, der far hadde vært i tre uker etter et langvarig sykehusopphold. Vi var innkalt som pårørende fordi far skulle skrives ut til hjemmet og det var viktig å planlegge eventuelle hjelpetiltak. Mine opplevelser som pårørende fra fars opphold på flere sykehusavdelinger, utskrivning til hjemmet og innleggelse for planlagt operasjon senere, komplikasjoner og uforutsette problemer kunne jeg skrevet mye om. Men det er en annen historie. Nå var vi her på sykehjemmet. Ikke høye i hatten, min søster og jeg. Far, som har vært en høvding! En flott og sjenerøs mann, en å snakke med, en stolt far som ikke var redd for å la døtrene vite at han var nettopp det – romslig og trygg. Nå er tingene i ferd med å glippe for ham. Han er i ferd med å bli litt borte for oss.

Han er litt redd og urolig. Han prøver å holde fast. Omgivelsene er forvirrende og fremmede for ham. Han velger å være tålmodig, ventende og passiv. Han er blitt så redusert disse månedene. For oss andre er det vanskelig å venne seg til det, klumpen i halsen er ikke til å svelge. Vi blir lett litt sinte på alle som ikke forstår hvem han egentlig er, eller var...



Menneskelig kontakt er den beste pleie. Det gir også de pårørende trygghet. Illustrasjonsfoto © Marianne Grøndahl/Samfoto

Så møter vi kvinnene i pleie- og omsorgstjenesten i bydelen (bare sykehjemslegen er mann, og han har vi fortsatt ikke møtt). Her er Linda fra hjemmesykepleien, Else fra rehabiliteringsposten på sykehjemmet, Gro som er fysioterapeut og Camilla som er fars primærsykepleier. De kaller ham Helge. De snakker til ham. De er urolige for de dårlige nyhetene de har å fortelle om hvor skrøpelig han er, i tilfelle vi skal bli lei oss. De er forsiktige i sine uttalelser – venter til vi har respondert. De foreslår hjelpetiltak på en måte som gjør at vi ikke blir fortvilet over hvor mye hjelp han trenger, men slik at tiltakene fremstår som gode løsninger. De hjelper oss til en felles forståelse. Vi kan snakke til ham med samme budskap. Det er ikke vanskelig å være enige om at det blir godt for ham og mor å få hjemmesykepleien på besøk når han kommer hjem. Han skal hjem – det glemmer han ikke. Han blir rolig og stemningen blir god. Nesten munter. «Du har vært helt konge, du far.» – Og han kan svare: «Ja, men nå er jeg blitt altfor gammel, vet du. Jeg er en olding, jeg.» For det er lov å bli gammel og trenge hjelp fra «alle disse damene». Han smiler så godt, faren min.

Kvinnene rundt bordet arbeider med eldre mennesker som er i en kritisk fase i livet. Hverdagen må invaderes av hjelpetjenester. Det er mye sorg og uro rundt funksjonstap. Det er et nytt og vanskelig landskap å vandre i både for den det gjelder og for familie og andre pårørende. Det er mange ting som kan «gå galt». Men i møtet med disse profesjonelle helsearbeiderne ble vi rolige.

Vi kjørte fra møtet sammen, søsteren min og jeg. I bilen kunne vi kjenne på gleden over at dette gikk så bra. At far var blitt sett på en omsorgsfull og verdig måte. At vi som døtre ble ivaretatt og forstått. En lettelse, en glede, ikke med champagne og fyrverkeri, men med en ekte og sterk følelse. Igjen en bekreftelse på hva det er som er viktigst for oss alle, både i og utenfor helse-tjenesten: det gode møtet mellom mennesker, der vi blir sett og forstått og får gleden ved å oppleve omsorg og respekt.

### Guri Spilhaug

[guri.spilhaug@legeforeningen.no](mailto:guri.spilhaug@legeforeningen.no)  
Gråkamveien 11D  
0779 Oslo

Manuskriptet ble mottatt 16.6. 2006 og godkjent 1.9. 2006. Medisinsk redaktør Petter Gjersvik.