

## Ta vare på egen helse

– Skal vi som leger være troverdige når vi snakker med pasientene våre om helse, må vi selv vise at vi bryr oss om egen helse, sier Sissel Bergaust, leder i Hedmark legeforening.

Sissel traff sin odelsgutt i studietiden for tretti år siden i Oslo. – Lite visste jeg om hva jeg gikk til, men det er fint på Hamar, sier hun om det å bo på gården på Ridabu like utenfor byen. Og hun synes det er flott med nærheten til naturen. Til daglig har hun en fastlegepraksis i Hamar sentrum sammen med fem andre. Med store barn, hvor to allerede har flyttet hjemmefra, er det bra å kunne bruke tiden på å jobbe for legenes ve og vel i Hedmark.

Siden senhøsten 2011 har Sissel Bergaust vært leder for Hedmark legeforening. Et verv som er svært spennende og som gir god innsikt i hvordan helsepolitikken utformes og hvordan ting henger sammen i helse-Norge.

### Et vidstrakt fylke

– Det er utfordrende å være en samlende leder for nesten 800 leger i et vidstrakt fylke med 22 kommuner og fire sykehus, og hvor noen kommuner hver for seg er større enn Vestfold fylke, sier Sissel. Hun mener hun har forutsetningene til å sette seg inn i hvordan legene har det rundt om i fylket.

Riktignok er hun opprinnelig fra Oslo, men med turnustjeneste i Engerdal, tidligere jobb ved sykehuset i Elverum og nå som allmennpraktiker på Hamar vet hun mye om hvor skoen trykker for legene i fylket. Det er klart det blir særlige utfordringer å tilby gode helse-tjenester når et begrenset antall innbyggere blir fordelt på så store legedistrikt som det er i deler av fylket. – Jeg er like mye en representant for legen som har sin praksis langt fra tettbygde områder som legene ved de fire sykehusene i fylket. Da blir det mange interesser som skal håndteres samtidig, sier hun. Derfor er hun glad for alle de engasjerte legene rundt om i fylket, og er stolt av innsatsen mange har gjort med både fastlegeforskriften og ikke minst samhandlingsreformen. Neste utfordring blir arbeidet med planene om nytt felles sykehus for Hedmark og Oppland.

### Kvalitet viktigst i nytt sykehus

– Vi trenger en høyspesialisert helsetjeneste i Innlandsregionen, og måten å løse det på er



Sissel Bergaust trives i Hamar. Her med Mjøsa i bakgrunnen. Foto Stein Runar Østigaard

et samlet sykehus, mener Sissel. – Folk vil jo behandles der de får best hjelp, men de ønsker også et tilbud i nærheten. Hun har derfor

«Det er flott når noen brenner for faget sitt»

stor tro på at intermediære avdelinger rundt i kommunene og distriktmedisinske sentra kan gi nærhet av helsetjenester.

Når folk er alvorlig og akutt syke er det ikke tvil om at alle ønsker seg dit det er tunge fagmiljøer og erfarne leger. – Skal man operere en skulder ønsker man seg en erfaren spesialist, understreker hun. Kvaliteten på tjenestene i et nytt sykehus må derfor være rettesnoren i det videre arbeidet. Sta-

bile fagmiljøer med leger og andre helsepersonellgrupper som kan gi pasientene kontinuerlig oppfølging og forutsigbar behandling er et mål.

– I tillegg synes jeg det er flott når noen brenner for faget sitt, sier Sissel. – Jeg er derfor opptatt av å være med å skape gode rammebetingelser for de som ønsker å utvikle og kvalitetssikre fagmiljøene i området.

### Tar vare på helsen

Sissel er ingen treningsfreak, men er opptatt av å ta vare på helsen og hun holder den fysiske formen ved like blant annet ved å jogge regelmessig. I stedet for å gå på kafé med gode venninner tar de gjerne en joggetur i stedet.

– Om vi som leger skal ha troverdighet når vi snakker med pasientene våre om å ta vare på helsa si, må vi gå foran med et godt eksempel, sier hun. Men presiserer at ikke alle må være toppidrettsutøvere, men ha en interesse for god helse. Hun vil derfor passe på å bruke anledningen til å invitere Legeforeningens løpeglade president Hege Gjessing til en runde ved Mjøsa neste gang hun er i området. Hun er klar over at det er utfordringer som får den største utfordringen. Men at det er en vakker tur kan ingen komme fra!

**Stein Runar Østigaard**  
stein.runar.ostigaard@legeforeningen.no  
Kommunikasjonsavdelingen

### Hedmark legeforening

Foreningen består totalt av 763 medlemmer, hvorav 298 kvinner og 465 menn. Det er 473 sykehusleger, 215 allmennleger, 36 privatpraktiserende spesialister, 28 samfunnsmedisinere, ni arbeidsmedisinere og to leger i vitenskapelige stillinger.

Styret: Sissel Bergaust (leder), Anders Meyer (nestleder), Karl-Otto Sørensen, Martin Chapman, Helle Laier Johnsen, Per H. Christensen, Morten Andersen, Knut Skulberg, Per Olav Skaaret og Georg Morland.