

„HJÚKRUNARFRÆÐIN VEITIR MANNI MARGBROTID SJÓNARHORN Á MANNLÍFIÐ“

– viðtal við Gísli Kort Kristófersson



„Á unglingsárunum vann ég ýmis verkamannastörf, málaði olútanka, var handlangari í múrverki og kaupamaður í sveit, svo eitthvað sé nefnt. Ég hef alla tíð verið bókhneigður og fór fyrst í háskólanám í bókmenntafræði og íslensku. Ég fann hins vegar ekki sjálfan mig í þessum fræðum og ákvað því að gefa námið upp á bátinn. Þetta var í nóvember 1999. Ég fletti blöðunum og komst fljótlega að því að fólk vantaði til starfa á hjúkrunarheimilinu Eir við almenn umönnunarstörf og ákvað að sækja um vinnu þar. Fyrst var ég ráðinn til reynslu í tvær klukkustundir. Sá reynslutími var framlengdur í tvær

klukkustundir til viðbótar og eftir nokkra daga var ég orðinn sannfærður um að vera kominn á rétta hillu. Ég sem sagt gjörsamlega heillaðist af starfinu, þetta var eins og að verða ástfanginn. Móðir mín var hjúkrunarfræðingur og ég fór oft með henni í vitnanir, þegar slíkt var hægt og viðeigandi, þannig að ég hafði fengið nasasjón af starfinu. Það hafði hins vegar aldrei hvarflað að mér að staður á borð við öldrunarheimilið Eir yrði þar sem ég fyndi mína köllun,“ segir dr. Gísli Kort Kristófersson, sérfræðingur í geðhjúkrun. Hann er nýlega fluttur til Akureyrar frá Bandaríkjunum ásamt fjölskyldu sinni og hefur verið ráðinn lektor við heilbrigðis-

deild Háskólans á Akureyri. Í haust fer þar af stað viðbótarnám í geðheilbrigðisfræði sem Gísli Kort mun sinna. Þá starfar hann einnig við Fjórðungssjúkrahúsið á Akureyri sem sérfræðingur í geðhjúkrun.

Hjúkrunarfræðin er einstök

„Ég veit ekki hvað þetta var nákvæmlega en upplifði sterka gagnsemi á Eir og sú staðreynd skipti mig miklu máli. Eftir þetta sá ég aldrei neitt annað en hjúkrunarfræði, framtíðin var sem sagt ákveðin þarna á Eir hjá liðlega tvítugum piltinum. Mér fannst ég vera ágætur í því að hjálpa fólki að halda reisn og virðingu

við erfiðar aðstæður, það skiptir svo miklu máli hvernig við nálgumst fólk í viðkvæmum aðstæðum. Ég var í rúmt ár á Eir og hóf þá nám í hjúkrunarfræði við Háskóla Íslands.“

Gísli Kort segir að margir hafi talið heppi-legra að hann færi frekar í lækisfræði, sjúkrahjálfun eða önnur karllægari fög. Hann var hins vegar ekki á því enda átti hjúkrunarfræðin hug hans allan.

„Ég sá ekkert annað en hjúkrunarfræðina enda hafði ég lítinn áhuga á hreinum raunvísindum eins og læknámið er á margan hátt.“ Aðspurður um hvort sú staðreynd, að konur eru í miklum meirihluta í hjúkrunarfræði, truflaði hann segir hann: „Ég þældi lítið í því á þeim tíma, ég vildi bara hjálpa öðrum. Svo hef ég mjög gaman af lífeðlisfræði, líffærafræði og lyfjafræði en heimspeki, félagsfræði, eigindleg aðferðarfræði og sálfræði heilla mig að sama skapi líka. Hjúkrunarfræðin er einstök, þar renna hug- og félagsvísindin saman við raunvísindin í afar þjónustumiðuðu fagi þannig að þetta var aldrei spurning í mínum huga.“

Að námi loknu lá leiðin á krabbameinsdeild Landspítalans en geðdeildin var alltaf ofarlega í huga Gísla Korts.

„Það hefur lengi heillað mig að skynjun okkar á raunveruleikanum virðist oft og tíðum ráða meiru en raunveruleikinn sjálfur um hvernig okkur líður. Ég fór því að starfa á áfengisgeðdeild Landspítalans. Þar kynntist ég vel stigskiptingu sjúkdóma. Það er mér til dæmis mjög minnisstætt að á krabbameinsdeildinni var allt fullt af konfektí löngu fyrir og eftir jól frá aðstandendum en á áfengisgeðdeildinni sást ekkert slíkt. Þetta sýnir ágætlega stigskiptingu mismunandi sjúkdóma og erfiðleikana tengda þeim. Viðhorfin til geðsjúkdóma eru svo ólík miðað við aðra sjúkdóma.“

Gísli segir að starfið á áfengisgeðdeildinni hafi að stórum hluta snúist um að skapa traust og náð meðferðarsamband við sjúklinga. „Þannig er það reyndar í allri hjúkrun held ég, góð og nán tengsl skipta gríðarlega miklu máli. Ég fékk tækifæri til að þróa tvo meðferðarhópa þarna strax

í byrjun, þannig að frelsið og sjálfstæðið í geðhjúkruninni hentaði mér mjög vel. Annar hópurinn einbeitti sér að fræðslu um fíknisjúkdóma og hinn hópurinn einbeitti sér að slökun. Fólk var mjög ánægt með þessa hópa og þetta hvatti mig auðvitað til dáða. Staðreyndin er að notendur geðheilbrigðisþjónustunnar eru yfirleitt opnir fyrir öllum leiðum sem gætu hugsanlega stuðlað að einhverjum bata. Grunnnáminu í geðhjúkrun var að mínu viti ágætlega sinnt og mér sýnist að bæði Háskóli Íslands og Háskólinn á Akureyri standi sig ágætlega í þessum efnum í dag. Að vísu hefur skort nokkuð á að hjúkrunarfræðingar hafi getað farið í framhaldsnám í geðhjúkrun en úr því er nú verið að bæta.“

Þessu næst hóf Gísli Kort að starfa á BUGL, barna- og unglingageðdeild Landspítalans. Hann segir að þar hafi opnast fyrir sér allt annar heimur. „Ég trúði á að færa þjónustuna eins mikið og hægt er út í samfélagið og heim til fólks sé þess nokkur kostur. Reynsla mín á BUGL sannfærði mig endanlega um þetta þar sem ég fékk tækifæri til að vinna náið með skjólstæðingum og aðstandendum á þeirra heimavelli. Við eigum langa og svarta fortíð í geðheilbrigðismálum þar sem fólk er beitt valdi, eða öllu heldur hefur valdið verið tekið frá fólki. Þetta hefur til dæmis verið gert með því að safna fólki saman í hvítar stórar byggingar þar sem starfsfólk í hvítum sloppum og með alræði fagmennskunnar að baki sér segir sjúklingunum hvernig þeir eiga að lifa lífi sínu. Það er nauðsynlegt að færa valdið til fólksins, eins og kostur er, þetta fannst mér starfsfólk BUGL gera einkar vel.“

Frekara nám í Bandaríkjunum

Gísli Kort vildi læra meira og fjölskyldan tók sig upp og setti stefnuna á Minnesota í Bandaríkjunum. „Við reyndum að velja svæði þar sem menningin er ekki allt of frábrugðin þeirri íslensku og þess vegna varð Minneapolis í Minnesota fyrir valinu. Auk þess er hægt að fljúga beint þangað héðan frá Íslandi. University of Minnesota sinnti mér prýðilega í öllu umsóknarferlinu auk þess sem námið miðaðist við heildræna nálgun í geðhjúkrun þar sem lögð var áhersla á samþætta þjónustu. Öll kennsla byggist á áratuga reynslu enda



Gísli Kort og konan hans, Auðbjörg Björnsdóttir, með búslóð sína í Minnesota.

hefur hjúkrun verið kennd á háskólastigi við skólann síðan 1908. Þá var ekki einu sinni búið að stofna Háskóla Íslands ef út í það er farið.“

Námið heillaði þig sem sagt?

„Já, ég heillaðist af náminu enda mjög klínískt. Skólinn notaði afar fjölbreyttar kennsluaðferðir, til dæmis voru leikarar sem léku sjúklinga notaðir við þjálfun okkar, bæði í almennu líkamsmati og geðrænu mati. Þetta var svo tekið upp á myndband og kennararnir fylgdust þannig með okkur nemendum og gátu gefið býsna nákvæma umsögn í öruggu og vernduðu umhverfi. Þetta var afar hjálplegt fyrir okkur óörugga nemana. Námið var sem sagt í senn spennandi og dýnamískt. En að sama skapi krefjandi. Námið tók líðlega tvö ár og að því loknu fékk ég réttindi til að taka leyfispróf, sem ég náði og gaf mér réttindi í fylkinu til að greina geðsjúkdóma, veita einstaklings- og hópsamtalsmeðferð og skrifa út lyf. Sérfræðingshlutverkið úti er mun betur skilgreint en hérna heima og það er miður. Hérna má ég til dæmis ekki greina

geðsjúkdóma og ekki skrifa út lyf. Hins vegar má ég veita samtalsmeðferð en það má reyndar hver sem er gera og það er líka umhugsunarefni út af fyrir sig.“

Doktorsritgerðin, um hvað fjallaði hún?

„Í náminu varð ég mjög spenntur fyrir leiðum sem tengjast andlegu heilbrigði fólks. Doktorsritgerðin mín fjallaði um svokallaða núvitund (mindfulness) sem snýst um að þróa meðvitundina um augnablikið, án þess að dæma. Ég einbeitti mér að einstaklingum með áfengis- og vímuefnavanda og heilaskaða en það hafði ekki verið gert áður. Þetta var krefjandi og tímafrekt verkefni í framkvæmd en einkar gefandi. Ég notaði þessa aðferð mjög mikið úti með mínum skjólstæðingum og setti auk þess á laggirnar meðferðarhópa sem nýttu sér þessar hugmyndir. Þessi leið, ásamt öðrum viðeigandi inngripum, getur hjálpað fólki til að takast á við ýmsa geðræna kvilla, til dæmis kvíða og þunglyndi.“



Eru Bandaríkjamenn okkur fremri í meðferð geðsjúkdóma?

„Fylkin eru ansi mörg þannig að það er erfitt að alhæfa nokkuð í þessum efnum. Minnesota telst vera framarlega á þessu sviði, þar er fólki með langvinna geðsjúkdóma sinnt afskaplega vel að mínu viti og úrræðin, sem eru í boði, eru mun fleiri en hérna. Þeir sem eru ekki tryggðir eða eru efnalítlir og teljast ekki með alvarlegan og langvinnan geðsjúkdóm, geta hæglega fallið á milli skips og bryggju, þannig að þegar upp er staðið getur samanburðurinn verið erfiður.“

Að námi loknu fór Gísli Kort á vinnu- markaðinn enda mikil vöntun á hjúkrunarfræðingum með geðhjúkrun sem sérsvið í Bandaríkjunum.

„Ég vann í um eitt ár á stað sem sinnir sérstaklega samfélagsþjónustu, mætti kannski líkja við heilsugæslustöð. Mínir skjólstæðingar voru aðallega innflytjendur, fangar, heimilislaust fólk og fólk sem stríddi við áfengis- og vímuefnavanda. Þarna starfaði ég í fjögur ár og naut mín í botn. Fyrsta árið var að vísu nokkuð erfitt þar sem bráðleikinn og ábyrgðin var aðeins meiri en ég átti að venjast, en með tímanum náði ég góðum tökum á hlutverkinu og eignaðist ég marga

góða vini víðs vegar að úr heiminum. Ólíklegt verður þó að teljast að öll sérþekkingin, sem ég öðlaðist þarna, nýtist mér beint hér á Íslandi, til dæmis er eftirspurn eftir menningarnæmri meðferð geðrofssjúkdóma hjá sómolískum flóttamönnum frekar takmörkuð á Akureyri.“

Einkastofa og leiðin heim

„Já, síðustu tvö árin, sem við bjuggum í Minneapolis, rak ég mína eigin stofu þar sem samþætt aðferð (integrative mental health) var í hávegum höfð. Jafnframt var ég lektor í fullri stöðu við University of Minnesota þannig að það var sannarlega í nokkur horn að líta og eins gott að hafa gott skipulag á hlutunum. Mér hefur reyndar alltaf liðið best þegar nóg er að gera, hvernig sem á því stendur.“

Eiginkona Gísla er Auðbjörg Björnsdóttir, forstöðumaður kennslumiðstöðvar Háskólans á Akureyri. Hún stýrir faglegu starfi kennslumiðstöðvarinnar og þróun sveigjanlegs náms og rannsóknnum á því sviði við háskólann. Auðbjörg er með BA-próf í mannfræði með líffræði sem aukafag, meistara-gráðu í félagsfræði, kennsluréttindi, diplómu í fjarnáms-kennslu og meistara- og doktorsgráðu í kennslusálfræði. Börn þeirra eru þrjú.

„Já, já, allt í einu kom upp sú staða að flytjast aftur til Íslands enda barst konunni minni tilboð um spennandi stöðu og ég elti ástina mína. Við ákváðum sem sagt að stökkva. Auðvitað var þetta nokkuð stór ákvörðun eftir að hafa búið og starfað ytra í átta ár. Auk þess vissum við að launin yrðu mun lægri og allt annað klínískt umhverfi fyrir mig. Ég réð mig til starfa við Háskólann á Akureyri og í haust hefst svo hérna á Akureyri viðbótarnám í geðheilbrigðisfræði. Þá starfa ég líka við Sjúkrahúsið á Akureyri, tek þar þátt í þverfaglegu barna- og unglingageðteymi. Námið er sett upp sem þverfaglegt og ætti því að henta hjúkrunarfræðingum mjög vel. Ég hlakka til að takast á við þetta verkefni og vonandi verður aðsóknin góð. Grunnstaða hjúkrunar er ekki slæm á Íslandi, en það eru miklir möguleikar í sérfræðihlutverkinu í hjúkrun á flestum sérsviðum. Ljósmaður hafa að vísu náð nokkurri sérstöðu og það er ánægjulegt. Vonandi styrkist sérfræðihlutverkið í framtíðinni í geðhjúkrun sem á öðrum sérsviðum hjúkrunar, og verður formfastara, meðal annars með þessu námi sem verður á boðstólum hérna fyrir norðan.“

Var aðdragandinn að þessu námi langur?

„Viljinn hefur verið til staðar við HA enda framsækin stofnun á margan

hátt. Kennararnir voru hins vegar flestir búsettir á höfuðborgarsvæðinu og það gerði skipulagið erfitt. Geðheilbrigðisþátturinn gegnir þó sífellt mikilvægara hlutverki í heilbrigðisþjónustunni og þetta nýja námskeið verður 10 eininga nám sem verður byggt upp með fræðilegri kennslu og klínískum vinnusmiðjum þar sem lögð verður áhersla á þverfagleg inngrip. Annars vegar munum við fá sérfræðing frá Minnesota, sem mun stýra einni vinnusmiðjunni um myndun og virkni meðferðarhópa, og hins vegar munum við nýta innlenda sérfræðipækkingu til að kenna aðferðir um áhugahvetjandi samtal. Námið verður kennt í fjórum lotum og inni á milli verður fjarkennsla og fyrirlestrar. Draumurinn er svo að vorið 2016 munum við samkenna á Akureyri og í Minnesota námskeið í geðlyfjafræði. Þetta er á byrjunarreit en er spennandi

möguleiki sem gaman væri að reyna fyrir alvöru. Sjálfur kenni ég sem aðjunkt við háskólann í Minnesota héðan frá Akureyri þannig að þetta er allt saman vel gerlegt. Tæknin virkar vel og nemendur eru sælir og glaðir.“

Tekjurnar hrundu

„Já, já, tekjur okkar hrundu ansi hressilega við að flytjast aftur heim til Íslands, það er engin launung. Hjúkrun er vel borgað starf í Bandaríkjunum enda eftirspurnin eftir sérfræðipækkingu okkar mikil. Eftir að sérfræðiréttindin voru í höfn hækkuðu tekjurnar enn frekar. Þar ræður markaðurinn á margan hátt ferðinni, en hérna er nánast allt rekið af ríkinu og því er tekjum hjúkrunarfræðinga haldið falskt niðri. Vonandi breytist þetta í næstu kjarasamningum ef við látum

ekki yfirlætisfulla orðræðu feðraveldisins draga kjarkinn úr okkur.“

Þessi auglýsing um lausa stöðu á Eir hefur á margan hátt verið þín gæfa?

„Já, á margan hátt. Síðustu árin hafa verið viðburðarík og skemmtileg. Mér fannst gaman í náminu, bæði hérna á Íslandi og í Bandaríkjunum. Þannig að ég er þakklátur fyrir að hafa álpast inn á Eir þennan kalda mánudag í nóvember. Hjúkrunarfræðin er fræðigrein sem hentar mér einstaklega vel. Ég hef áhuga á öllu sem viðkemur manninum og mannlegu eðli og vil gjarnan sjá og kynnst sem flestum hliðum mannlífsins. Hjúkrunarfræði veitir manni margbrotið sjónarhorn á mannlífið, það gera ekki margar aðrar greinar eins vel. Þetta er í mínum huga sérstaða hjúkrunarfræðinnar.“

MYNDBÖND UM HJÚKRUN

Heilbrigðisvísindasvið Háskóla Íslands hefur nýlega birt röð af myndböndum um hjúkrunarnámið og hjúkrunarstarfið undir heitinu *Er framtíð þín í hjúkrun? Þau eru að finna á heimasíðu heilbrigðisvísindasviðs og á Youtube.*

Í myndböndunum, sem eru innan við mínútu löng, koma fram nokkrir hjúkrunarfræðingar og nemar og segja frá námi og störfum. Dr. Helga Sif Friðjónsdóttir segir frá einum vinnudegi en hún er deildarstjóri á geðdeild Landspítalans og kennir við hjúkrunarfræðideild. Helgi Egilsson er hjúkrunarfræðingur á gjörgæsludeild Landspítalans við Hringbraut og segir áhorfendum hversu ánægjulegt það sé að hjúkra sjúklingi aftur til lífsins eftir hjartastopp. Tveir nemar í hjúkrunarfræði, Katla Marín Berndsen og Sigbór Jens Jónasson, segja frá námi sínu. Katla Marín hefur meðal annars starfað í Gana á nematímanum og Sigbór Jens segir hjúkrunarnámið vera góðan bræðing af félags- og raunvísindum.

