

Helga er mikil fjallageit og nýtur þess í botn að ganga á stór og smá fjöll, þar fær hún sína útrás. Hér er hún stödd á Höttu þar sem sést niður í Heiðardal.



Bolvíkingurinn sem settist að í Vík í Mýrdal

Helga Þorbergsdóttir, hjúkrunarfræðingur og sjúkraflutningamaður, hleypur á fjöll, syndir, dansar, þrjónar, gróðursetur og nýtur lífsins samhliða krefjandi starfi sínu í Vík í Mýrdal.

Texti: Magnús Hlynur Hreiðarsson | Myndir: úr einkasafni

Nam heilsuhagfræði, sjúkraflutninga og siðfræði

„Ég er fædd 26. júlí 1959 á Landspítalanum og flaug vikugömul á Catalinu-flugbáti til Ísafjarðar og fór síðan um Óshlíð heim til Bolungarvíkur. Ólst þar upp við opið haf, í faðmi vestfirskra fjalla og stórfjölskyldu, þar til fjölskyldan flutti í Kópavog þegar ég var á þrettánda ári. Bernskuárin fyrir vestan einkenndust af frjálssræði, athafnasemi og gleði. Bolungarvík var öflugt sjávarþorp og börnin urðu snemma virkir þátttakendur í samfélaginu. Brimbrjóturinn, fjöllin og fjaran voru okkar vettvangur. Það voru viðbrigði að flytja úr vestfirsku sjávarplássi í fjölmennið í Kópavogi en þar átti ég góð ár og þroskaferill unglingsáranna einkenndist af tilraunum til finna sjálfið í sér og staðsetja sig í tilverunni, með virkni og vináttu. Auk þess að hafa lokið námi í hjúkrunarfræði nam ég heilsuhagfræði og starfstengda heilbrigðis- og lífsiðfræði við HÍ. Ég er sjúkraflutningamaður, EMTA, og með kennararéttindi í skyndihjálpi. Til að halda mér vakandi hef ég af og til sótt námskeið tengd hjúkrun, stjórnun, opinberri stjórnsýslu og siðfræði,“ segir Helga og spyr hlæjandi hvort þetta sé ekki góð kynning á sér.

Helga er gift Sigurgeiri Má Jenssyni, lækni í Vík, og þau eiga fjögur börn sem hún segir að séu þeirra bestu vinir. Auk þess eiga þau hjónin tíu yndisleg barnabörn. „Ég er einföld kona og áhugamálin mín eru samofin lífinu og tilverunni. Fjölskyldan, starfið mitt, náttúran, umhverfið og samfélagið nær og fjær. Ég fæ góðar núvitundarstundir með því að synda, ganga, grúska, dansa, þrjóna og baka súrdeigsbrauð, svo eitthvað sé nefnt,“ segir hún og bætir við að hún horfi líka á góða sakamálaþætti til að tæma hugann. „Flestir dagar ársins hefjast á góðum sundspretti, ég nýt þess að hreyfa mig úti í náttúrunni. Svo má nefna eitt áhugamál sem Sigurgeir hefur kveikt áhuga minn á en það er skógrækt,“ segir Helga brosandi.

Þykir vænt um starfið sitt

Hvað varð til þess að Helga ákvað á sínum tíma að fara að læra hjúkrunarfræði? „Það var einföld ákvörðun, það var þó ekki bernskudraumur að læra hjúkrun. Margt kom til greina, ég horfði yfir sviðið, sló til og hef verið þakklát fyrir það æ síðan. Starfið er krefjandi og um leið gefandi, mér þykir vænt um starfið mitt og ég er stolt af því,“ segir hún brosandi.



Hér er verið að skíra León Inga, son Hörpu Elínar, dóttur Helgu og Sigurgeirs, sem hefur verið búsett í Chile síðastliðinn áratug. Presturinn er Haraldur M. Kristjánsson. Helga þrjónaði skírmarkjólinn en barnabörnin hafa öll verið skirð í honum.

Einstaklega fjölbreytt og ófyrirsjáanlegt starf

Árið 1985 réðu þau Sigurgeir sig til starfa á Heilsugæslustöðinni í Vík og hefur það verið þeirra starfs- og lífsvettvangur síðan, eða í hart nær 40 ár. Vík er H1 -stöð samkvæmt gamalli skilgreiningu. Af fagfólki eru þar fastráðinn einn hjúkrunarfræðingur og einn læknir. Síðan eru ritari, ræstir í hlutastörfum og sjúkraflutningamenn á bakvöktum. Helga segir að stöðin sinni allri almennri heilsugæslustarfsemi sem snertir lífsferil íbúanna frá vöggu til grafar. Einnig sinnir stöðin þeim bráðatilvikum sem upp koma í héraðinu og aðliggjandi héruðum ef þörf krefur, vaktsíminn er því aldrei langt undan. Helga segist fara um héraðið í vitjanir, til að hitta nýfædd börn og fjölskyldur þeirra, eldra fólkið sem þarf þjónustu heim og svo hefur líknandi meðferð í heimahúsum verið þáttur í starfinu í gegnum tíðina. „Ég tek blóðprufur, gef lyf, er í heilsuefandi og almennri móttöku, sinni ungbarnavernd, hitti fólk í viðtölum, hef samvinnu við grunn- og leikskóla og einnig hjúkrunarheimilið. Bólusetningar gegn covid-19 og sýnatökur eru líka hluti af starfinu mínu um þessar mundir og það má segja að fjölbreytnin sé í raun óendanleg og ófyrirsjáanleg. Ég tek vaktir á sjúkrabílnum og hendist í útköll um fjöll og firnindi ef því er að skipta,“ segir Helga.

„Ég tek vaktir á sjúkrabílnum og hendist í útköll um fjöll og firnindi ef því er að skipta ...“

Alltaf í hlutverki hjúkrunarfræðings

En hverjir eru kostir og gallar þess að vinna í svona litlu samfélagi eins og í Mýrdalshreppi? „Þjónustusvæði stöðvarinnar spannar Mýrdalshrepp og nær aðeins út í nærliggjandi sveitir. Það eru margir kostir við að vinna í þessu dásamlega umhverfi. Hvítfyssandi öldur við svartan sandinn, græn fjöllin, hvítur jökullinn, fossar og fleira fallegt. Við höfum verið lánsöm og átt afar góð samskipti við íbúa héraðsins. Það er ekki hlaupið að því að við hjónin getum bæði komist í burtu með litlum fyrirvara og það hefur komið fyrir að það hafi verið verulega bagalegt. Aðgengi að ýmiss konar sérfræðiþjónustu hefur aukist hér en gæti verið betra,“ segir Helga og bætir við: „Mér finnst nálægðin við fólkið í héraðinu vera kostur frekar en galli og það er ekki oft sem mér hefur fundist hún erfið. Ég er Helga og ég er hjúkrunarfræðingur hvar sem ég kem og mér finnst vandræðalítið að skilja að vinnu og önnur samskipti í héraði.“

Það er óneitanlega svolítið sérstakt að hjúkrunarfræðingur og læknir Mýrdalshrepps séu hjón og eyði öllum tímum saman, í vinnunni og á heimilinu. Ætli það sé flókið? „Nei, nei,“ svarar hún brosandi. „Það vita það allir sem hafa unnið með Sigurgeiri að það er einstaklega gott og eflandi að vinna með honum. Við þekkjumst orðið ansi vel og lesum hvort annað. Við höfum það eins og trén sem dafna, við stöndum þétt saman en þó ekki í skugga hvort annars. Ég hef notið þessarar teymisvinnu öll þessi ár. Við höfum líka alltaf verið einstaklega heppin með annað samstarfsfólk á stöðinni.“

Oft fjöldi útkalla á sólarhring yfir sumartímann

Samfélagið í Mýrdalshreppi byggist fyrst og fremst á ferðaþjónustu og ferðamönnum. Það er því gríðarlegt álag á Helgu og Sigurgeiri þegar svæðið er allt fullt af ferðamönnum, sérstaklega yfir sumartímann. „Ferðaþjónustan er undirstöðuatvinnugrein á okkar svæði og margir vinsælustu ferðamannastaðir landsins eru hér. Þegar ferðamannastraumurinn var hér í algleymingi var rosalega mikið að gera hjá okkur gömlu hjónunum. Tugir þúsunda á svæðinu og stundum fjöldi útkalla á sólarhring, hvort sem var í sjúkraflutningum eða á stöðina. Svo kom covid og eins og hendi væri veifað hurfu ferðamennirnir og útköllum fækkaði

en við fengum ný verkefni og það er því alltaf nóg að gera,” útskýrir hún hress í bragði og bætir við að í Mýrdalshreppi sé næstum helmingur íbúanna af erlendum uppruna og það sé skemmtileg glíma að sinna þeim þörfum sem það hafi í för með sér.

Kviðir því ekki að hætta að vinna

Helga verður 62 ára í sumar og Sigurgeir verður 68 ára, það verða því breytingar á þeirra högum á næstu árum þegar þau setjast í helgan stein, hætta að vinna og fara að njóta efri árána. Helga segist nýlega hafa lokið námskeiði í hjúkrun aldraðra. „Það rann upp fyrir mér á einum fyrirlestrinum að ég er nánast á þessum aldri sem verið var að fjalla um,“ segir hún og brosir út í annað. „Ég kviði því ekki að hætta að vinna og held raunar að það hljóti að vera gott að geta algjörlega ráðið tíma sínum sjálfur. Mér finnst líklegt að við munum halda tengslum við héraðið svo lengi sem líf og heilsa endist. Skógrækt og ýmis búsysla á jörðinni okkar í Helludal í Bláskógabyggð fær meira rými þegar við hættum að vinna. Ég reyni svo örugglega að halda taktinum í mínu lífi með sundi, grúski og gönguferðum. Það er tilhlökkunarefni að geta varið

meiri tíma með afkomendum og vonandi gefast tækifæri til að nema nýjar lendur í viðum skilningi þess orðs,“ segir Helga sátt við guð og menn.

Oddviti og varamaður á Alþingi

Helga hefur mikinn áhuga á samfélagsmálum og fylgist með öllu því helsta, sem er að gerast í landsmálunum og sveitarstjórnarmálum. Hún var oddviti Mýrdalshrepps og sat sem varamaður á Alþingi skamma hríð á sínum tíma. „Ég hef áhuga á samfélagsmálum nær og fjær, hef til að mynda setið í stjórn Háskólafélags Suðurlands frá upphafi og sit þar enn. Ég var í meira en áratug varamaður í vísindasiðanefnd og kom talsvert að vinnu þar. Það eru fáar nefndir í Mýrdalshreppi sem ég hef ekki setið í. Það var mikil reynsla og lærdómsríkt að sitja í sveitarstjórn og gegna stöðu oddvita. Mér fannst það á við gott nám og það reyndi á einurð og ýmsa persónuleikabætti mína. Ég gaf kost á mér af því ég hafði áhuga á uppbyggingu í hreppnum, ekki síst sá ég þörf á að byggja upp íþróttamannvirki, sundlaug og íþróttahús. Við réðumst í það verkefni með ágætum árangri,“ segir Helga stolt.

Helga með sextíu rauðar rósir á 60 ára afmæli sínu, stödd í landi þeirra hjóna í Helludal í Biskupstungum í Bláskógabyggð.



Fyrsta bóluefnið gegn covid, sem kom til Víkur, dregið upp. Sigurgeir fylgist spenntur með konu sinni.



„Ég er Helga og ég er hjúkrunarfræðingur hvar sem ég kem og mér finnst vandræðalítið að skilja að vinnu og önnur samskipti í héraði.“

Þeir, sem þekkja Helgu vita að hún er alltaf brosandí og jákvæð. Hún segir ástæðuna einfalda. „Já, ég er þakklát fyrir svo margt í lífi mínu og mér gefast mörg tilefni til að brosa. Ég varð snemma læs og las allt sem ég komst í þegar ég var krakki. Ég man eftir mér þegar ég var líklega 11 ára, með óinnbundna bók úr bókaskáp föður míns sem hét „Speki stóu og kristni“. Það sem ég skildi eftir þann lestur var að þarna voru menn að halda því fram að afdrif og líðan færu ekki eftir því hverju fólk lenti í í lífinu, heldur hvernig það hugsaði um það og tæki á því. Einnig það að mennirnir hefðu ekki allt á valdi sínu. Þetta ásamt svo mörgu öðru, sem safnast hefur í sarp minn, hefur verið mér gott veganesti.“

Hjúkrun hefur eflst

Þegar Helga er spurð um stöðu stéttarinnar, hjúkrunarfræðinga, hvernig hún sé í dag að hennar mati og hvort starfið hafi breyst mikið á þeim tíma sem hún hefur starfað sem hjúkrunarfræðingur, stendur ekki á svörum. „Hjúkrun sem starfsgrein hefur tvímælalaust eflst á starfsárum mínum. Sjálfstraust stéttarinnar, virðing og sjálfstæði hefur aukist. Hjúkrunarfræðingar koma öflugir, vel menntaðir og tilbúnir til að starfa á jafnréttisgrundvelli með öðrum heilbrigðisstéttum.“ Helga er að lokum spurð út í sumarið í sumar, hvort það standi eitthvað sérstakt til og hvernig þau Sigurgeir ætli að eyða því? „Það verður nóg að gera. Sigurgeir hefur í nokkur ár tekið langt sumarfrí, horfið til fjalla og notið þess að planta tugþúsundum trjáa í land sem við eigum í uppsveitum Árnessýslu. Ég geri ráð fyrir að geta skotist eitthvað til hans, það er einstaklega róandi og gefandi að gróðursetja með manninum mínum. Við munum örugglega fara ferðir á hálendið og verja góðum tíma með afkomendum okkar. Ég hef trú á að þetta verði gott sumar,“ segir jákvæði, öflugi og skemmtilegi hjúkrunarfræðingurinn í Mýrdalshreppi.