

ÞAKKLÁTUR FYRIR AÐ HAFA FENGIÐ AÐ TAKA ÞÁTT Í BYLTINGUM

Texti: Erla María Markúsdóttir - Myndir: Golli og úr einkasafni

Haukur Hjaltason taugalæknir er þakklátur fyrir að hafa fengið að upplifa lyfjaframþróun og framför í greiningu á MS á ferlinum. Læknisfræðin hefur verið ævintýri og þó Haukur sé „bara“ að verða 67 ára er hann á því að það sé rétt ákvörðun að hætta að vinna. „Ég hlakka til að fá tíma til að sinna alls konar hlutum sem ég hef aldrei haft almennilegan tíma fyrir“.

„Ég get alveg svarað því í löngu máli en ég ætla ekki að gera það,“ segir Haukur Hjaltason, taugalæknir og prófessor við læknadeild Háskóla Íslands, aðspurður af hverju hann vildi verða læknir. Þetta er líklega klisjukenndasta spurningin sem hægt er að leggja fyrir lækni sem er á leiðinni á eftirlaun, en svar Hauks er áhugavert. Það eru ekki allir læknar sem heillast jafn mikið af hugvísindum og hann. Það var einmitt áhugi á sálfræði sem leiddi Hauk út í læknisfræði.

„Ég byrjaði í sálfræðinámi árið 1978 og hafði mikinn áhuga á því og var orðinn áhugasamur um að fara í framhaldsnám,“ segir Haukur, sem lýsir sálfræðinni sem eins konar hól á milli raungreina og hugvísinda sem er hollt og gott að standa á og litast um. Í sálfræðináminu sat hann einnig námskeið í heimspeki, stjórnmálafræði og mannfræði. „Svo hikstaði ég aðeins og ákvað að hugsa mig aðeins um og fór að vinna á geðdeild á Landspítalanum í tæpt ár og þá ákvað ég að hætta við að fara í framhaldsnám í sálfræðinni, í bili að minnsta kosti, og ákvað að fara í læknisfræði til að ég gæti orðið taugalæknir. Það var tilgangurinn, það kom aldrei neitt annað sérsvið til greina hjá mér.“

Af hverju ekki?

„Ég fékk mikinn áhuga á taugasálfræði þegar ég var í sálfræðinni, ég heillaðist af því og hafði áhuga á læknisfræði líka.“ Þessi mikli áhugi á hvoru tveggja flækti málin hins vegar aðeins þar sem Haukur hættaði í sálfræðinni eftir fyrsta árið, skipti yfir í læknisfræði í þrjár vikur áður

en hann skipti aftur yfir í sálfræðina og lauk BA-gráðu. Svo gat hann einbeitt sér að læknisfræðinni, eða öllu heldur: Taugalækningum.

Þrenns konar afrek: Dætur, sérnam og doktorsnám

„Ég horfði á taugavísindi almennt í þessu framhaldi og þess vegna beindi ég sjónum mínum að taugalæknisfræðinni.“ Þegar kom að kandidateitárinu fylgdi Haukur eiginkonu sinni, Þóru Steingrímsdóttur, til Uppsala í Svíþjóð þar sem hún fór í framhaldsnám í fæðinga- og kvensjúkdómálækningum. Þar þjuggu þau næstu tíu árin, ’88-’98. „Afrek okkar Þóru voru nokkur á þessum áratug; dæturnar þrjár, sérnam okkar beggja og tvær doktorsritgerðir.“ Að loknu kandidateitárinu ætlaði Haukur að fara í taugalækningar í Uppsöllum en þar var allt fullt. „Þá hringdi ég bara á næsta stað, sem var Karolinska í Stokkhólmi, var boðinn velkominn og var þar næstu átta árin.“ Haukur lauk doktorsnámi við Karolinska árið 1997. „Það var á sviði taugasálfræði og þá var ég eiginlega búinn að loka hringnum.“

Haukur og Þóra fluttu heim til Íslands að loknu doktorsnámi. „Og hef unnið sem taugalæknir allar götur síðan. Byrjaði á Landspítalanum ’99 þannig árin hafa liðið, sannarlega. Hvað eru þetta orðin, 25, 26 ár?“ spyr hann hugsí. Ef háskólaárin eru talin með er nærri hálf öld liðin frá því að Haukur steig sín fyrstu skref í læknis-



Haukur Hjaltason taugalæknir segir læknisfræðina hafa verið ævintýri þó álagið hafi oft verið mikið. Ég hætti að taka vaktir 55 ára og tók ekki margar vaktir eftir það. „Það var breyting sem mér fannst góð.“ Hann nýtur þess að ganga á fjöll og ætla að gera meira af því.

fræðinni svo það er ekkert óeðlilegt að fara að huga að starfslokum. En þetta var ekki auðveld ákvörðun að taka og Haukur talar í viðtengingarhætti þegar talið berst að starfslokum.

„Ég hugsa að ég hætti um mitt árið. Ég er ekki alveg hættur, það fer dálítill tími í að hætta þessu öllu saman. Ég hitti síðasta sjúkling fyrir jólin og vinn áfram í því að koma þeim sjúklingum sem ég hef sinnt í annarra lækna hendur. Ég er búinn að hringja í ansi marga sjúklinga undanfarnar vikur og mánuði, eins og ég hef reyndar gert í svolítið langan tíma, ég hef sinnt heilmikilli þjónustu í gegnum síma. Það er hentugt og alveg hægt ef maður þekkir sjúklingana.“

„Ég er nú tiltölulega ungur miðað við hvað sumir lækningar eru gamlir þegar þær hætta“

Samhliða starfi sínu á taugadeildinni hefur Haukur kennt námskeið í taugalækisfræði fyrir læknanema á fimmta ári. „Ég er búinn að vera leiðandi í þeim kúrsi undanfarnar ár. Ég er að hnýta lausa enda og klára námskeiðið núna en svo hugsa ég að ég verði hættur.“

Var þetta erfið ákvörðun?

„Ég er nú tiltölulega ungur miðað við hvað sumir lækningar eru gamlir þegar þær hætta. Þær hætta yfirleitt sjötugir og sumir eftir einhver ár til viðbótar. Ég verð 67 ára í maí en þóra er hætt að vinna. Ég held að þetta sé rétt ákvörðun. Ég hlakka til að fá tíma til að sinna alls konar hlutum sem ég hef aldrei haft almennilegan tíma til að sinna. Hvort þetta sé skynsemi eða ekki, fólk er svo misjafnt, ég held að það verði hver og einn að taka þessa ákvörðun fyrir sig.“

Lyfjapróun gerði MS að sérsviði

Haukur vissi alltaf að taugalækningar yrðu hans sérsvið en það var ekki fyrr en lyfjapróun fór að verða ansi hröð sem MS varð hans aðalsvið innan taugalækninga. „Þegar ný lyf fara að koma í MS þá fer ég meira og meira út í það og MS hefur verið mitt aðalsvið frá 2008. Þegar ég var að byrja í taugalækningum 1990 var ekki til nein lyfjameðferð við MS og greiningin var seinni og hún var ótryggari.“

Fyrstu lyfin gegn MS komu fram um miðjan 10. áratuginn. „Þau skiluðu kannski ekki miklum árangri, en þó. Það er ekki fyrr en 2006 þegar Tysabri kemur, þá verður ákveðin bylting, þá kemur lyf sem er augljóst að getur hjálpað við kastasjúkdómnum MS. Það var gríðarlega öflugt fyrir fræðaheiminn að vita það, að það er hægt að hafa áhrif á sjúkdómsgang og ferli MS.“

En Tysabri var örlítið flókið lyf, það gat haft alvarlegar aukaverkanir í för með sér þannig það þurfti að spila það eftir ýmsum reglum. Svo koma fleiri lyf í kjölfarið og þessi þróun hélt áfram. Ég hef fengið að lifa þessa lyfjabyltingu í MS. Auðvitað hefur orðið mikil lyfjaframþróun í öðrum sérgreinum læknisfræðinnar, en hún hefur sannarlega átt sér stað í MS og það er frábært að hafa fengið að taka þátt í þessu.“

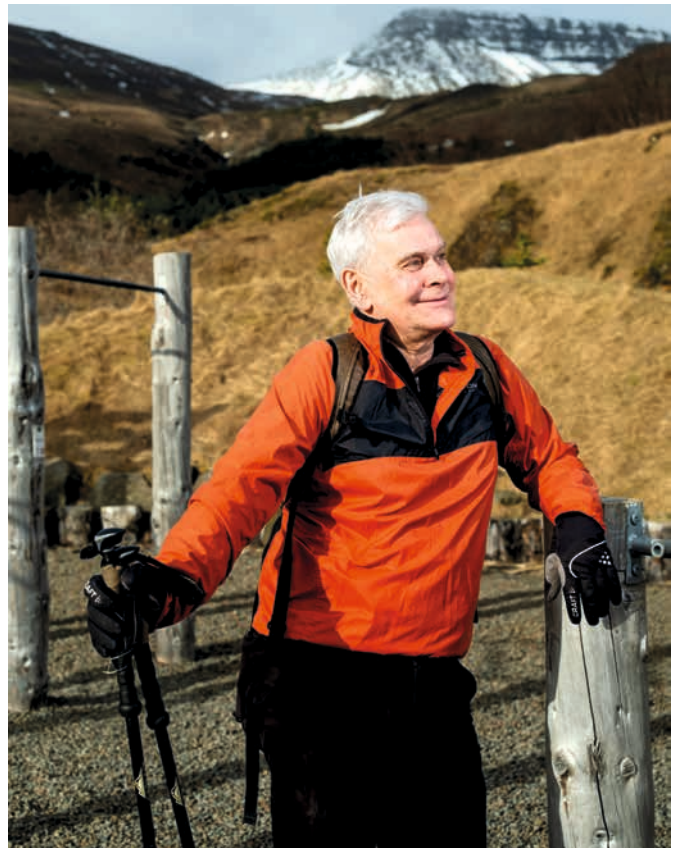
„Ég hef fengið að lifa þessa lyfjabyltingu í MS“

Lyfjabyltingin er ekki eina byltingin þegar kemur að MS sem Haukur hefur fengið að upplifa. „Hin byltingin er fólgin í greiningu á MS. Segulómun sem rannsóknartæki skiptir mjög miklu máli í greiningunni og hefur valdið því að hægt er greina MS með meira öryggi og hægt að greina það fyrr. Nú er hægt að greina MS eftir eitt kast og með ákveðinni hjálp frá segulómum.“ Auk þess hefur segulómun auðveldað læknum að fylgjast betur með gangi sjúkdómsins. „Hluti af eftirlitinu er það að sjúklingar fara í segulómun og þá fylgjumst við með því hvort það séu einhver merki um sjúkdómsvirkni þar.“

Þessar tvær byltingar hafa skipt sköpum og orðið til þess að þjónusta við fólk með MS hefur tekið breytingum. „Í byrjun aldarinnar var ekki óalgengt að MS-sjúklingar kæmu inn á bráðamóttöku með ný köst en það hefur orðið, sem betur fer, sjaldgæfara og sjaldgæfara. En á móti kemur að þjónustan hefur eflst mjög sem felst í því að gefa lyfin og fylgjast með sjúkdómsvirkninni. Í því felst göngudeildarþjónusta sem er rekin á spítalanum og hún hefur aukist og aukist. Þjónustan er meira sú hjá okkur núna að ef sjúklingur þarf á aðstoð að halda, hvort sem það eru ný einkenni eða vegna lyfja, á að vera tiltölulega einfalt að hafa samband við okkar þjónustu á spítalanum. Ég veit ekki hvað sjúklingar segja en ég held að við getum verið bærilega sátt við þjónustuna og þjónustustigið sem er til staðar.“

Mikilvægt að halda í draumana

Skilaboð Hauks til nýgreindra í dag eru einföld: „Að halda öllum plönunum og draumum. Auðvitað er alltaf áfall að greinast með langvinnan sjúkdóm. Maður gengst undir ákveðna lyfjameðferð og þó þessi meðferð hafi gengið mjög vel er hægt að fá einkenni sem halda að einhverju leyti aftur af manni. En miðað við þá lyfjagjöf og árangur sem er til staðar þá eru góðar forsendur fyrir því að fólk haldi sínum draumum og plönunum.“



Haukur lítur stoltur yfir ferilinn sem taugalæknir og útilokar ekki að setjast aftur á skólabekk. Hugvísindin heilla.

„Að sigla í gegnum lífið með MS án margra kasta er raunhæfur möguleiki“

Á sama tíma gerir Haukur sér fulla grein fyrir því að það getur verið íþyngjandi að hafa MS sem lífsförunaut. „En listin er fólgin í því að reyna að ná sátt við þá hugsun. Ég held að það hafi orðið auðveldara með árunum af því að það er viss árangur tryggður í þessari meðferð. Meðferðin er orðin það góð í dag að það að sigla í gegnum lífið með MS án margra kasta er raunhæfur möguleiki. Við þurfum að festa hugann við það. Það er stórkostleg breyting. Hér áður var útlitið kannski þannig að helmingur sjúklinga var kominn með verulega skerta göngugetu eftir 10 til 15 ár. Þannig er það ekki í dag.“ Vissulega er einhverjum spurningum ósvarað, bendir Haukur á. „Það er ekki þannig að með segulómuninni og lyfjameðferðinni sé búið að leysa öll vandamálin, það er ekki alveg svo einfalt, en festum hugann við það að framfarirnar hafa verið gríðarlega miklar og staða sjúklinganna er allt önnur.“

Á sama tíma og byltingar hafa orðið í lyfjameðferð og greiningu fer þeim fjölgandi sem greinast. Fullsnemmt er að segja hvað veldur en Haukur hefur sínar

kenningar. „Það er til rannsókn frá 2007 sem Ólöf Jóna Elíasdóttir vann með Elíasi Ólafssyni, en það eru tæp 20 ár síðan. MS-greiningum fer fjölgandi, það eru fleiri með MS í dag heldur en áður. Hvers vegna er það? Að hluta til getur það verið vegna þess að fólk er að eldast og Íslendingar eru eldri en áður. Eftir því sem fólk lifir lengur þá getur það haft áhrif á þessa tölu, sjúklingunum fjölga. Snemmgreining, meðal annars með hjálp segulómunar, hefur sitt að setja, fólk er greint fyrr. Svo er einhver náttúruleg fjölgun vegna þátta sem við áttum okkur ekki alveg á, orsök MS liggur ekki alveg fyrir.“

Meðalaldur taugalækna fer lækkandi

Framtíð taugalækninga er björt að mati Hauks og segir hann áhuga læknanema á taugalækningum í dag ágæt. „Okkur hefur tekist ágætlega að fá unga lækna til að fara í taugalækningar. Við, eldra fólkið, erum svolítið að hætta. Meðalaldurinn hjá okkur taugalæknum hefur farið lækkandi undanfarin ár, sem er bara gott. En vandamálið í taugalækningum, eins og öðrum greinum, er að tryggja að fólk komi til baka þegar það fer út í sérnám. Það er alltaf gott að fara til útlanda og ná sér í þekkingu en það táknar að við missum hluta mannafla frá okkur í ákveðinn tíma og svo koma ekki allir til baka heldur.“

Haukur hefur sinnt kennslu í taugalækisfræði við Háskóla Íslands við góðan orðstír í mörg ár. Þá hefur hann einnig komið að gerð fræðslubæklinga um MS-sjúkdóminn sem gefinn var út af MS-félaginu 2017. Allir nýgreindir sem leita til félagsins fá bæklingana en þar má finna allt frá almennum fróðleik til upplýsinga um huglæga færni, persónuleika og háttalag tengt MS. Fræðsla skiptir miklu máli að mati Hauks.

„Fræðsla, hvort sem hún er beint frá lækni eða í gegnum aðgengilegt efni, í sínu nærumhverfi skiptir miklu máli. Vissulega getur maður bent á netið en maður þarf líka að gæta að sér að segja fólki að fara þangað og leita því þá getur maður lent í upplýsingaofgnótt-, -óreiðu og -villu. Það er dálítið öðruvísi að fá þetta frá fyrstu hendi lækni eða skjólum sem hann bendir á. Við getum örugglega staðið okkur aðeins betur í því. Stundum þegar ég hef verið að greina sjúklinga þarf ég að segja vissa hluti og skýra út. Að tala almennt um MS-sjúkdóminn og greininguna, þetta tekur allt sinn tíma. Þegar ég er búinn að því segi ég stundum stopp, svo verð ég bara að taka annan tíma til að tala um meðferðina og svo framvegis. Það þarf líka að huga að svona tröppugangi þegar maður er að gefa upplýsingar um MS. Sjúklingar hlusta ekki alveg þegar þeir eru nýbúinir að fá greiningu, það er eðlilegt, heilinn bara virkar einhvern veginn þannig, maður hugsar en svo heyrir maður kannski ekki.“

Útilokar ekki að setjast aftur á skólabekk

Haukur er sáttur með feril sinn sem taugalæknir, lækni-isfræðin hefur verið visst ævintýri og hann er þakklátur fyrir að hafa fengið að upplifa breytingar á MS til hins betra. Hann sér helst eftir því að hafa ekki farið lengra með sálfræðina. „Áhugi minn á ýmsum málefnum sem eru sálfræðitengd, heimspeki og bókmenntir. Þegar ég lít til baka hefði ég viljað sinna þessu með meiri hætti en ég hef gert.“

Ætlaðu að setjast aftur á skólabekk?

„Nei, en ég mun sitja mikið við lestur og grúska í dóti. Þar líður mér eiginlega best. En ég hef svo sem hugsað um það hvort ég ætti að setjast aftur skólabekk. Samt er ég ekki viss.“ Hann skellir upp úr.

Haukur hlakkar mest af öllu til að sinna fjölskyldunni og barnabörnum. „Ég hlakka líka til að grúska í mínu dóti, lesa og skrifa kannski. Hreyfa mig og halda áfram að ganga á fjöll. Við tilheyrum gönguhópi sem varð til 2012-2013 í framhaldi af verkefni hjá okkur í Ferðafélagi Íslands. Við höfum haft gríðarlega ánægju og félagsskap af því, við skipuleggjum okkar göngur sjálf sem er mjög gaman. Eftir þessa vegferð undanfarin 30 ár eða meira þá tilheyrum við Þóra ýmsum hópum og eigum marga vini og féлага.“ Haukur fer fullur eftirvæntingar á eftirlaun. En fyrst verður hann að hætta alveg. Það er í vinnslu.



Hjónin Haukur Hjaltason taugalæknir og Þóra Steingrímisdóttir, fæðinga- og kvensjúkdómalæknir eru í gönguhópi sem skipuleggur allar göngur sjálf og hafa gaman.