
LIS1-tiden ble til bok

AKTUELT I FORENINGEN

HEIDI ØSTVEDT STRYDOM

heidi.ostvedt.strydom@legeforeningen.no

Kommunikasjonsavdelingen

Hun skryter av arbeidsmiljøet på sykehus, selv om det iblant kunne gå en kule varmt, erindrer lege og forfatter Sandra Marie Kristiansen.



ENGASJERT: I dag jobber Sandra Marie Kristiansen som ALIS og fastlegevikar. I fremtiden er hun ikke fremmed for å jobbe med helsepolitikk. Foto: Privat

Tromsøværingen førte dagbok mens hun jobbet som LIS1 på sykehus i 2021. At det skulle bli bok av det, var ikke i tankene hennes. Det siste året på medisinstudiet deltok hun i en skrivekonkurranse som fikk lokal mediedekning. Kort etter ble hun kontaktet av Bonnier norsk forlag som spurte om hun ville skrive en bok om sine opplevelser. Noe Kristiansen er glad hun takket ja til.

LIS1-livet på sykehus resulterte nemlig i mange komiske og rent absurde situasjoner, og Kristiansen har vevd dette sammen til en fortelling om innsiden av det norske helsevesenet.

– Det var artig å ha et skriveprosjekt. Jeg har alltid vært glad i å skrive. Omtrent halve boken ble til mens jeg var i LIS1 og siste halvdel skrev jeg ferdig i etterkant, forteller hun.

Kristiansen var høygravid mot slutten av LIS1 og gikk rett inn i mammafermisjon.

– Jeg fikk tid til å jobbe med stoffet. Det å kunne reflektere over yrket mitt, alle opplevelsene og tankene man har hatt, var veldig terapeutisk. Det var en fin opplevelse som rammet inn LIS1-tiden.

Humoristiske situasjoner

Boken «Er det en lege her? En turnusleges hemmelige dagbok» gir et unikt innblikk i legehverdagen på norske sykehus. LIS1-tiden er halvannet år til sammen: Ett år på sykehus og et halvt år på fastlegekontor. Sykehusåret fordeles likt mellom kirurgisk og medisinsk avdeling.

Kristiansen forteller at hun gjennom hele medisinstudiet har hatt lyst til å bli kirurg og liker den praktiske tilnærmingen til faget.

– Personlig liker jeg den litt direkte, «snappy» tonen som er på kirurgi. Du får fort funnet ut av ting.

Hun forteller at hun møtte på utfordringer i alle delene av LIS1, men at allmennpraksis var mest utfordrende.

– Med begrensede utredningsmuligheter var det så mange valg å måtte forholde seg til. På fastlegekontoret må man ta stilling til veldig mange ulike type henvendelser i løpet av en dag, og alle vurderinger hviler på dine skuldre. På sykehuset er det alltid noen som tar over stafettpinnen for deg når du er ferdig for dagen.

Humoristiske erfaringer ble det som sagt mange av, som i dette utdraget fra boken, hvor Kristiansen tar imot en pasient med magesmerter:

«Jeg går tilbake til pasienten etter å ha sett på CT-bildene. Han føler seg litt dum når jeg forteller om funnene. Jeg føler meg også dum, som åpenbart ikke fanget opp at det kunne være noe annet, eller ikke stilte de riktige spørsmålene. Han bare *måtte* ete gjenstandene, innrømmer han, selv om han jo skjønner at det ikke er kjempelurt. Batterier kan gi etseskader, men etter diskusjon med overlege blir det besluttet å avvente operasjon, og heller følge med på utviklingen.

– Jeg tror uansett at en tommelfingerregel heretter bør være å *ikke* spise noe Mcgyver kunne lagd en bombe av, sier jeg litt humoristisk, og pasienten ler så voldsomt at jeg er redd spikeren skal punktere tarmen. Jeg legger ham inn, og tilføyer ufortrødent «spesialavfall» på min liste over ting som kan gi magesmerter. Og med det er jeg i gang».

Godt samhold

Bak mange av de humoristiske og varme historiene i boken, tegnes også et bilde av et konstant overarbeidet legeteam, som enkelte dager knapt rekker toalettbesøk og matpauser. Kristiansen forteller om intense dager og mye vakt, der ting med fordel kunne vært mer tilrettelagt.

– Men det har også vært veldig fint med LIS1-opplevelsen. Det ligger mye verdi i det å ha stått på egne ben og fått kjenne litt på den kliniske hverdagen. Man får masse praktisk erfaring, som igjen gjør at man er tryggere som lege.

Den unge legen skryter av samholdet hun opplevde blant kollegaer. I motsetning til mange andre land, er det lite hierarki i norske sykehus.

– Tradisjonelt sett har man ulike klisjé-legetyper, og det er litt sannhet i det også. Man har for eksempel stor respekt for overlegen som har jobbet der i mange år. Samtidig er det ganske flat struktur. Vi er alle i samme båt, sier Kristiansen og legger til:

– Man tilbringer veldig mange timer sammen i løpet av et døgn. I perioder ser man sine kollegaer mer enn sin egen familie. Man stresser og sover sammen. Det skaper et positivt samhold.



BOKSIGNERING: Sandra Marie Kristiansen på med boken «Er det en lege her? En turnusleges hemmelige dagbok». Foto: Privat

Positive tilbakemeldinger

Kristiansen forteller at hun var fryktelig nervøs da boken skulle gis ut.

– Jeg følte meg veldig sårbar, for man eksponerer seg så veldig. Som nyutdannet blir man usikker på hva man egentlig kan.

Hun forteller om mange som kjenner seg igjen i boken. Det ser ut som om det å være ny har truffet mange.

– Det har vært artig å få tilbakemeldinger på tvers av Norge og på tvers av alder. Fra overleger som hadde turnus for mange år siden, til folk som har fått et helt nytt syn på det å være lege. Som at leger også må google symptomer på bakrommet av og til, sier hun lattermildt.

Den relativt ferske forfatteren kan fortelle at hun i etterkant av boken blant annet har fått gi innspill om spesialistutdanningen til beslutningstakere. Hun har også fått anledning til å gi sine innspill om LIS1-ordningen ved sykehuset der hun selv var LIS1.

– Jeg begynte på denne boken før #legermåleve-kampanjen som kom i fjor sommer, og synes det er positivt at flere bidrar til å vise frem legelivet på godt og vondt.

Stor indre motivasjon

I dag jobber tobarnsmoren for tiden som ALIS og fastlegevikar i Tønsberg. Det passer inn i den daglige logistikken som følger med det å ha barnehagebarn. Likevel savner hun sykehuset og den måten å jobbe på, så til høsten vender hun tilbake til sykehus.

– Jeg tror mange leger som ikke jobber på sykehus kunne tenkt seg det, rent faglig og kollegialt, men at liten bestemmelsesrett, lønn, arbeidstider og belastning trekker for mye ned. Dessverre har jeg inntrykk av at det ved de fleste sykehus er en ovenfra og ned-styring, hvor avstanden mellom sykehusledelsen og de som jobber på gulvet rett og slett blir for stor.

Kristiansen forteller om kollegaer som har en stor indre motivasjon, men som ender opp med å bli utbrente. Likevel ser hun frem mot å vende tilbake til sykehushverdagen.

– Jeg skjønner at det ikke er lett å drive sykehus, det er mange forskjellige yrkesgrupper under samme tak og det er budsjett og økonomi å tenke på. Helsevesenet er så komplekst og alle ser en liten del av sin egen sannhet. Da blir det desto viktigere å kommunisere sammen og å løfte stemmene til de som faktisk utfører arbeidet.

Viktig med rekruttering

Kristiansen har et klart budskap til politikerne:

– Når dere besøker sykehusene; snakk med legene og vær med på en vaktrunde, i stedet for å hilse pent på sykehusdirektøren. Det er fagfolkene på gulvet som får hjulene til å gå rundt.

70 prosent av de som studerer medisin er nå kvinner. Kristiansen mener at vi må tenke nytt og mer inkluderende for alle leger, i alle livets faser.

– Hvordan kan vi få en stilling på sykehuset til å være attraktiv også for en småbarnsmor? Mye av arbeidsbelastningen man har på sykehusene er rene merkantile oppgaver. Kunne man for eksempel hatt en fast farmasøyt i akuttmottaket som tok seg av alle pasientenes medisinalister? Eller bedre rutiner for rekvirering av røntgen?

– Jeg tror det er veldig fjernt å sitte på Stortinget og skulle bestemme kun ut ifra rapporter og tall, når du sjelden er innom sykehus eller snakker med dem som jobber der, påpeker Kristiansen.

– Det er kanskje satt på spissen, men det hadde vært et stort løft for fagfolkene å oppleve å bli hørt i sykehussystemet, sier legen og forfatteren, tydelig engasjert i temaet.

Verv i Legeforeningen

Sandra Marie Kristiansen har flere verv bak seg i Legeforeningen. Hun snakker varmt om Helselederskolen, som lærte henne mye om helseledelse og organisasjonspsykologi. Hun har også sittet som Yngsterepresentant for Helse Sør-Øst i 2023 og sittet i Landsrådet gjennom Yngre legers forening frem til i fjor.

– I fremtiden er jeg ikke fremmed for å jobbe mer med helsepolitikk. Å kunne jobbe på et litt høyere nivå og bidra til en positiv utvikling.

For når alt kommer til alt, er Kristiansen glad for at hun ble lege og for en jobbhverdag som er fylt med mening.

– Det er et privilegium å få muligheten til å vise frem legeyrket fra innsiden, og gjennom egne øyne, med denne boken. Midt oppi alt, har Norge tross alt et helsevesen vi bør være takknemlige for og verne om, avslutter hun.

Publisert: 9. september 2024. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.24.10.13

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. mars 2026.