

Hvordan har du det?

Tannhelseteamene utgjør en viktig del av helse- og omsorgstjenesten. Vi møter, undersøker og behandler nesten hele den norske befolkningen, og vi snakker med dem i alle faser av livet. Barn som kommer med sine foreldre, skoleklasser som kommer i flokk, studenter som lurer på denne visdomstanna, voksne på recall eller på vei til behandling, eldre i seng på sykehus eller sykehjem. Vi er der for pasientene våre, og vi bryr oss.

Bak hver enkelt pasient finnes det en person. Et menneske med sin historie og sitt liv. De definerer seg ikke som pasienter. Hvordan har du det? Hvordan står det til? Vi spør en pasient, og får svar fra en person. Noen velger det korte og ukompliserte svaret; OK, bra, fint. Andre tar spørsmålet på alvor og svarer reflektert, mer utdypende og kanskje sant. Hvordan har du det i dag – egentlig?

Jeg blir stadig tatt på at jeg tar dette spørsmålet alvorlig. Mest vanskelig er det når jeg møter mine amerikanske kollegaer i NATO. «Hi, how are you? Fine. Awesome» De har allerede gått før jeg rekker å si at long covid-hodepinen er slitsom i dag, at jeg er stressa, bekymrer meg, eller at jeg har behov for å si at jeg har det bra, og at jeg lurer på hvordan de har det? Det hender jeg går etter for å få svart ferdig. Det hender de synes jeg er rar.

Hvordan har du det? Spørsmålet kan ha kraft, hvis vi også har tid til å lytte. «Husk å lytte uten å ha munn full av ord», var et godt råd jeg fikk en gang. Jeg prøver. Det er så lett å forberede seg på hva man skal svare, hvilken replikk man skal skyte inn i samtalen, hvilken løsning man skal komme med. Det å virkelig lytte til svaret man får på egne spørsmål, krever trening. Det er noe jeg skal trene på i sommer.

Kollegahjelperne er viktige for NTF. Dette er kollegaer som skal bry seg, og som gjør det. De er ikke psykologer eller sosionomer, men tannleger i lokalforeningen din som skal stille spørsmålet «Hvordan



Foto: Kjetil Aknes.

har du det?» og lytte til svaret. Kanskje er det det du trenger? Kanskje trenger du at de peker deg i riktig retning der hjelp finnes, uansett hva problemet er? For tannleger er også folk! Vi blir utbrente, får fysiske og psykiske helseplager, bruker kanskje litt for mye rusmidler, får livskriser og mindre kriser. Hjelpere kan selv trenge hjelp, og behandlere kan også selv ha behov for behandling. Derfor har NTF også inngått en avtale med Modum Bad. Medlemskapet i NTF gir deg mulighet til, uten at dette journalføres noe sted, å få hjelp til å sortere i eget liv sammen med en av deres dyktige terapeuter. Og med litt hjelp kan de fleste av oss komme oss gjennom det meste. Jeg vil rette en stor takk til kollegahjelperne våre for arbeidet de gjør for oss alle.

Sommernummeret i Tidende er alltid ekstra interessant. Jeg synes det er fascinerende å lese om alt det spennende tannleger gjør ved siden av tannlegeyrket. Selv skal jeg, ved siden av lyttetrening, benytte deler av sommeren til snekring på hytta, noe som oppleves som en meningsfull, men også evigvarende aktivitet. Tid til konserter og motorsykkeltur skal det også bli. Begge gir stor glede.

Før alle disse sommeraktivitetene regner jeg med at dagene blir travle i kampen om å få politikerne til å forstå at tiden er overmoden for en modernisering av tannhelsetjenesten i Norge. Forum for tillitsvalgte skal gjennomføres hvor vi skal debattere fremtidens tannhelsetjeneste. Samfunnsodontologisk forum og et spennende Midnattssolsymposium skal jeg også delta på, og rett etter sommeren skal NTF ha program på Arendalsuka hvor munnhelse og psykisk helse er på agendaen. Hvordan har vi i NTF det? Spennende og travel!

Jeg vil ønske alle NTFs medlemmer en riktig god sommer. Ta deg tid til deg selv og til dine nærmeste. Spør noen om hvordan de har det, og sett av tid til svaret.

Det er så lett å forberede seg på hva man skal svare, hvilken replikk man skal skyte inn i samtalen, hvilken løsning man skal komme med.