

Ny hemsida för ortopedi och idrottsskador

Nu öppnar Jan Ericssäter en hemsida för ortopedi och idrottsskador. Ortopeden Jan Ericssäter informerar om sin verksamhet och öppnar en egen frågebänk där du kan läsa svar på frågor om rörelseorganen.

Intervju med Jan Ericssäter

Jan var fascinerad av provinsialläkaren i Jämtland

Ortopeden Jan Ericssäter har en lång och bred utbildning. Han har jobbat 20 år som privatpraktiserande ortoped och är speciellt intresserad av fotkirurgi. Förutom kirurgi har han alltid haft ett stort intresse för naturen.

Kan du berätta om din bakgrund och varför du valde att bli läkare

- Min farmor och farfar bodde på en gård i Jämtland och under min uppväxt tillbringade jag många lov där. Naturupplevelserna i skog och fjäll blev väldigt starka och jag har många minnen kvar från den tiden, säger Jan.

I gymnasiet, där han gick den biologiska linjen, var han tidigt inriktad på att bli läkare. På landet hos farmor och farfar hade han nämligen fått starka intryck av provinsialläkaren.

- Han verkade kunna allt och var en viktig person för många. Hans yrke verkade så spännande så jag ville också ägna mig åt det. Mina morbröder var dessutom läkare och jag fascinerades av deras kunnande och deras yrke.

Efter studentexamen började han studera medicin först i Uppsala och därefter i Linköping.

-Det var en mycket bra utbildning. Jag började redan under studierna att vikariera bland annat som distriktsläkarjour och under två sommarlov arbetade jag som distriktsläkare i Stockholms skärgård och fick tidigt möjligheten hjälpa människor. Jag upplevde något av det jag kom ihåg från provinsialläkaren i Jämtland. Just denna möjlighet att kunna hjälpa andra människor har starkt präglat mitt yrkesval.

-Under kirurgkursen insåg jag att det var kirurgi jag ville jobba med. Jag tyckte att det passade mitt handlag och jag gillar snabba beslut vilket behövs inom kirurgin.

Efter avslutad utbildning flyttade han tillbaka till Stockholm, där han är född och uppväxt, och fick sin specialistutbildning i ortopedisk kirurgi vid Karolinska Sjukhuset. Som sidoutbildning har han handkirurgi, plastikkirurgi och har även sysslat med kärlikirurgi.

1982 slutade han sin sjukhustjänstgöring och tog över den kirurgiska- och ortopediska privatmottagning i Vällingby läkarhus i Stockholm.

- Det var en spännande tid att utveckla en privat verksamhet med dagkirurgi och poliklinikisk konsultationsverksamhet. Jag besökte flera motsvarade centra i USA och kunde anpassa nya tekniker och förenklade rutiner i vår verksamhet. Visst var det arbetsamt med 60 timmars arbetsvecka de första åren. Det var ju ett litet affärsföretag att driva med en hel del administration, förklarar Jan.

I 16 år arbetade han i Vällingby och 1998 flyttade han till läkarhuset Ellenbogen i Malmö, där han har verksamhet. Jan har två vuxna barn. Vid sidan av naturintresset har sport och idrott också alltid legat honom varmt om hjärtat. Skidåkning är en av hans många fritidsaktiviteter och han har också hunnit syssla mycket med skidskador.

- Det föll sig naturligt att arbeta som backläkare och jag har varit verksam vid olika skidsportorter i de svenska fjällen. Skidåkning kan ibland innebära tuffa strapatser men när

solen gnistrar och du har en härlig utförlöpa med orörd snö nedanför dig väcker det starka känslor inom mig. Det är så vansinnigt vackert, säger Jan.

Han är också med i matlagningssällskap och vinklubbar. När han fyllde 40 år började han spela golf och spelar gärna när han får tid.

-I Skåne är det lättare att komma ut på en golfbana men när det kommer fram vad jag sysslar med har jag fått taga hand om en hel del patienter med golfskador. Det är ju ett nytt sätt att förena nytta med nöje och det är också en ny sida av min verksamhet. Vintertid saknar jag skidåkning men jag har funnit att det ofta snöfria Skåne ger stora möjligheter till långfärdsskridsko turer.

Vad gör du för att koppla av?

Efter en stressig dag tag tar jag gärna en kort tupplur och sen är jag pigg igen. Jag trivs med praktiska göromål och sköter gärna trädgården. Det är en skön avkoppling. Jag läser mycket. På sommaresemestern har vi tidigare rest mycket men numer tycker jag det är skönt att bara sitta på klipporna vid havet, njuta och ta dagen som den kommer. Jag fiskar gärna och jag har märkt att utomhusaktiviteter i vår svenska natur ger mig lugn och harmoni. Det är väldigt skönt att koppla av tillsammans med familjen.

Vad är hälsa för dig?

Den antika bilden av hälsa, ”en sund själ i en sund kropp”, är ledord för mig. Jag tror det behövs balans mellan vila och fysik aktivitet för att vi skall må bra mentalt och för att orka med vårt vardagliga värv.

Hur definierar du lycka?

Den spontana omedelbara lyckokänslan du upplever när du ser hur fantastiskt vacker vår natur kan vara. Upplevelser och gemenskapen tillsammans med dina barn, din familj, dina nära vänner är lycka. När det går bra för dina barn. Att leva tillsammans med någon du älskar är lycka. Att få vara frisk.

Har du några tips eller råd för hur man mår bra?

Att sträva efter en balans mellan arbete och fritid, att få tillräcklig vila och sömn. Att försöka undvika moment där stresskänslor blir påtagliga och påverkar dig negativt. Med åldern kommer vishet men vi aktiva 40-talister borde kanske sträva efter ett större tålmod och att mer ödmjukt acceptera att allting tar mer tid än vi vill. Jag tror att man ska försöka låta bli att oro sig, det skapar bara negativa känslor. Jag önskar att alla kunde finna tid för fysiska aktiviteter i vardagen och att vi ärligt kunde acceptera livet som det är och vara nöjda med det.

Vad skulle du vilja förbättra inom den svenska sjukvården?

Inom kirurgisk verksamhet önskar jag en bättre samverkan mellan offentlig och privat vård. I dagens ekonomi måste vi kunna utnyttja resurserna bättre. Sjukhusets specialresurser bör användas för svårare och mer komplicerade fall. Normala fall och lättare operationer kan utmärkt skötas där privata vårdgivare i öppen vård har sådana resurser, ofta till en halverad kostnad. Studiebesök i varandras verksamheter och diskussioner tillsammans med våra vårdbeställade tjänstemän i landstingen skulle göra gott.

Ofta behövs utbildning från våra specialistkliniker till distriktsläkarna om vilken verksamhet kliniken bedriver, vilka fall som är lämpliga att skicka, vilka fall privata specialister kan handlägga, vad distriktsläkaren själv kan utreda och behandla. Specialistklinikerna får rätt patienter och slipper onödigt utredningsarbete, rätt patient kommer snabbare till de större operationerna, de privata specialisterna i öppenvård kan slutbehandla många av patienterna.

Detta ger en större arbetsglädje och säkerhet i verksamheten och våra patienter blir snabbare hjälpta och sjukvårdens resurser utnyttjas på bästa sätt.

Vad tycker du är viktigt vid en läkarkonsultation?

Jag har alltid lagt stor vikt vid att korrekt informera och att förmedla kunskap om medicinska frågor till mina patienter. Det är alltid enklare när patienten själv förstår vad felet är och vad behandlingen innebär. Jag blir alltid glad när patienter, goda vänner och läkarkollegor berättar hur nöjda de blir med en sådan information.

Vad tror du om information på internet eller på en hemsida.

Jag ser möjligheten där läkaren med sin specialistkunskap kan hjälpa till med att besvara frågor inom sitt område och hoppas att sådana synpunkter skall kunna hjälpa patienter till en bättre hälsa. Jag är fullt medveten om att enbart information inte kan ersätta en läkarkonsultation.

Annika Ahlskog
12 februari 2001