



Tidsskriftet  
DEN NORSKE LEGEFORENING

# Radiolegen

---

## INTERVJU

MARTIN HOTVEDT

[martin\\_hotvedt@hotmail.com](mailto:martin_hotvedt@hotmail.com)  
Universitetssykehuset Nord-Norge

---

Han fikk avslag fra Teaterhøgskolen begge gangene han søkte. I dag bruker fastlege Morten Munkvik sine formidlingsevner til å lage bøker, tegneserier, sanger og radio om allmennmedisin til tusenvis av lyttere hver uke.

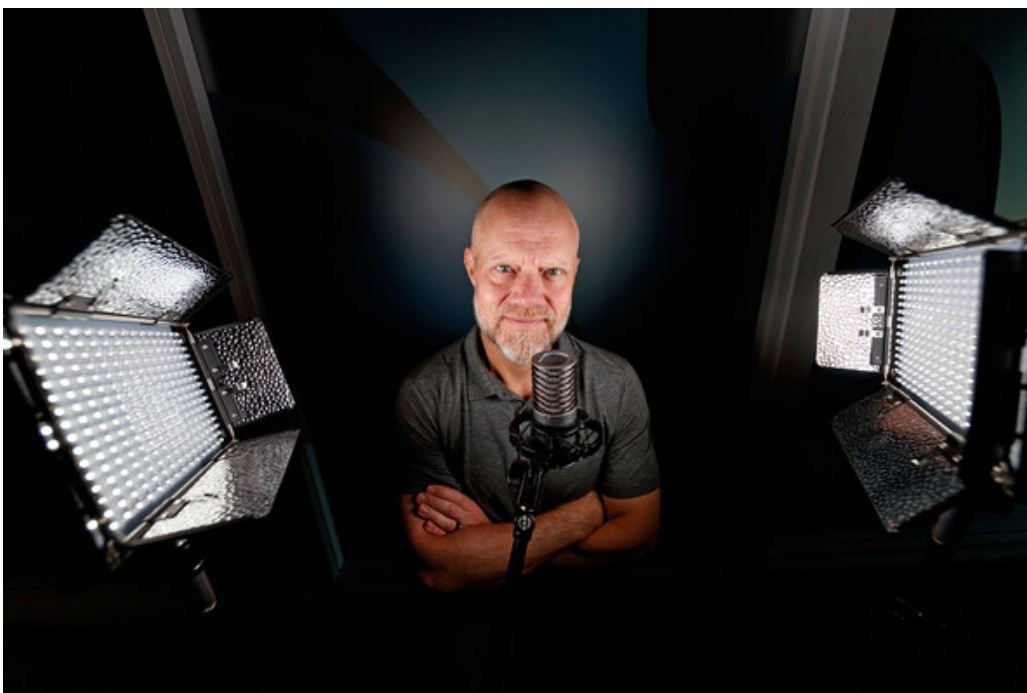


Foto: Alf Ove Hansen / Argus Media

– Det hender jeg sover med penn og papir på nattbordet.

Fastlege Morten Munkvik sitter i bilen og forklarer hvordan han prøver å ta vare på alle idéene som stadig dukker opp i hodet.

– Jeg er engstelig for at det skal glippe. En idé til en bok eller en strofe til en sang...

Han rister litt på hodet.

– Det ligger og gnager på meg til det har blitt et ferdig produkt. Jeg *må* liksom få det ut.

Og det har blitt mange former for medisinsk formidling fra 48-åringen de siste årene: en barnebok om kroppen, musikkvideoer om prevensjonsmidler, covid og fastlegehverdagen – og den aller største suksessen; ukentlige radiosnutter med allmennmedisinske tema – podkasten KVALLM (Kvalitet i Allmennpraksis).

– Intensjonen da vi begynte, var å gjøre det litt lettere for yngre kollegaer å møte den kaotiske fastlegehverdagen. Korte episoder på 3–4 minutter er det lett å finne tid til i en travel hverdag. De består av en kjapp prat mellom to fastleger med en liten oversikt over en sykdom, en behandling eller ny forskning, forklarer han.

De korte radiosuttene som var ment for et lite miljø med ferske allmennleger, har spredt seg som ild i tørt gress siden oppstarten i 2017.

I dag strømmes podkastene til omtrent 5 000 lyttere i uka.

– Nå er det også mange eldre kollegaer som sier til oss at dette er fruktbar lytting, smiler han, og låser firehjulstrekkeren på parkeringsplassen utenfor Tananger Legesenter.

## Innspilling på loftet

Vi har kjørt gjennom det paddeflate landskapet fra Munkviks hjemby Stavanger til nabokommunen, hvor en ny episode skal spilles inn.

Ute skinner sola og våren er i full blomst, men vi skal inn på et mørkt loft.

– Da vi begynte med dette, var jeg allerede i gang med den lille spalten Radiolegen på NRK Rogaland, der jeg svarte på spørsmål og hadde tilgang på et radiostudio. De første episodene av KVALLM ble spilt inn der. Da covid-19 kom, ble jeg og makkeren min kastet ut – og inn hit, forklarer Munkvik, mens vi går opp trappene til loftet på legesenteret. Der sitter kommunelege og studiekamerat Kristian Jong Høines klar med bøyd rygg under skråtak.

---

### Morten Munkvik

Født 1973 i Stavanger

Cand.med., Universitetet i Oslo 2002

Gründer, Helsehøgskolen 2006

Forfatter av flere bøker 2007–d.d.

Ph.d., Universitetet i Oslo 2010

Spesialist i allmennmedisin 2016

Idrettslege, Stavanger Oilers 2013–d.d.

Fastlege, Stavanger Medisinske Senter 2014–d.d.

Autorisert idrettslege 2018

Veilederkoordinator, Legeforeningen 2020–d.d.

Løvetannprisen 2020 for medisinsk formidling

---

Duoen har kjøpt inn egne mikrofoner og er klare for å spille inn 5–6 episoder i ett jafs oppe på det provisoriske radiostudioet.

*«Vi kjører sånne skippertaksøker, så vi har nok materiale for en måned»*

– Vi kjører sånne skippertaksøkter, så vi har nok materiale for en måned. Det må bli sånn, vi er opptatte typer begge to. Avtalen med lytterne er en ny episode hver søndag morgen. Den er det viktig å holde, forklarer han.

– 5 000 lyttere er en del?

– Ja! Men de er jo ikke utenfor her og heier på oss. Vi ser dem ikke, men får med oss lyttertallene. Det er kjempegøy, smiler han.

På den lille loftstua lyser det ikke rødt i ei lampe når opptakene går i gang. Etter 350 episoder er det nok med et lite nikk mellom de to.

– Du Kristian? Ofte når man tar blodprøver av folk som bare vil ha blodprøver ...

– Ja, for det gjør vi jo selv om vi ikke skal?

– Ja, så havner ofte vitamin B<sub>12</sub> med.

– Litt oftere enn det kanskje strengt tatt er nødvendig ...

– Riktig. Og noen ganger er verdien i det lave området, og siden alle stort sett er slappe og trøtte, begynner man jo å lure på om dette er noe vi skal gi tilskudd på.

Og slik fortsetter episoden om den nye blodprøven for aktivt vitamin B<sub>12</sub>.

Munkvik hiver i seg en pose nøtter og forteller om arbeidsprosessen:

– Om vi på forhånd skulle ha skrevet et så muntlig manus som dette, ville vi brukt altfor lang tid i hverdagen. Vi møtes her, kikker på den digitale idétavla som vi oppdaterer når vi møter noe interessant, og så enes vi om hva vi skal snakke om, sier han, og legger til:

– Så er det bare å trykke på opptak og la praten gå, smiler han.

## Formet av folkehøgskolen

Vi er tilbake på fastlegekontoret i Stavanger sentrum. På pulten ligger et digitalt stetoskop med bluetooth-tilkobling, obligatorisk for en duppedittelskende fastlege, og på hylla står fire ishockeyhelmer i gull fra Stavanger Oilers, som han er medisinsk ansvarlig for.

Nå sitter han tilbakelent i kontorstolen og mimrer tilbake til sine første studieår.

Først var han et år på folkehøgskole med teater som hovedfag.

*«Jeg tok sjansen på et år på folkehøgskole, og det er det lureste jeg har gjort noen gang»*

– Jeg hadde egentlig ingen planer om akademia, og jeg er ganske trygghetssøkende som type. Likevel tok jeg sjansen på et år på folkehøgskole, og det er det lureste jeg har gjort noen gang. Teater, sang og musikk et helt år. Masse flotte folk. Før det hadde jeg ikke møtt noe som hadde ristet meg skikkelig på plass, forklarer han.

Men da han leverte «den obligatoriske søknaden» til Teaterhøgskolen, fikk han avslag. To ganger.



Foto: Alf Ove Hansen / Argus Media

– Så jeg måtte finne på noe annet. Jeg har alltid vært litt grublete, og prøvde meg på både psykologi og religion, sier han, og legger hendene bak den blanke issen.

– Likevel ble det medisin til slutt.

– Hvorfor?

– Det var nok en nysgjerrighet på kroppen, som de to andre studiene hadde tent. Ikke bare psykisk, men også somatisk og biologisk.

Han pauser.

– Og så var det nok en viss følelse av krav fra omgivelsene om at hvis man først kom inn på et sånt studium, så skulle man bruke sjansen, sier Munkvik, som ikke hadde medisinere i slekta fra før.

– Det sies at du ikke var en A4-medisinstudent?

– Haha! Du tenker på at jeg møtte opp på første studiedag med ringer i ørene og hår langt ned på ryggen? Ja ... Jo, sier han, og drar litt på det.

– Jeg klipte meg på fjerdeåret, det ble for mye tull med hårnett i kirurgien. Men så fikk jeg vært teatersjef på studiet, og sånt, så den delen av meg holdt stand.

– Du var ganske rigid?

– Jo, det har jeg alltid vært. Jeg *måtte* jogge rundt Sognsvann hver fredag før lunsj. Alltid samme retning, sier han, og sirkler med fingrene.

– Men samtidig som jeg har slitt med rigiditeten, er den også min venn. Jeg gjennomfører alle ting jeg starter, og gir meg ikke. På godt og vondt, forklarer han.

*«Samtidig som jeg har slitt med rigiditeten, er den også min venn. Jeg gjennomfører alle ting jeg starter»*

Også da Munkvik noen år senere tok doktorgrad og hadde deltidsjobb på nettskolen Helsehøyskolen, fikk han bruk for sitt teatraliske talent.

– Det var behov for undervisningsfilmer til nettskolen, og jeg og kompisen min Jon Arne Birkeland hev oss rundt. Det ble noen hundre videoklipp, smiler han.

Den pedagogiske tonen var også da lett og ledig, med muntlig språk og lettfattelige forklaringer på komplekse tema.

Fortsatt kan han bli stoppet av folk på gata som kjenner ham igjen fra videoer på Helsehøyskolen (nå Bjørknes privatskole).

– Jeg er en fagnerd, men liker å forklare enkelt, sier Munkvik.

## Skrev bok om fastlegens tenkemåte

Da Munkvik stiftet familie og fikk barn, ble det behov for flytting hjem til Stavanger. Samtidig måtte han finne en jobb med nok fleksibilitet til at han kunne fortsette med undervisningsjobben i Oslo. Allmenntilleggsmedisin fristet.

– Jeg er en ja-person som sliter med å si fra meg ting. Det fører til at jeg får en del arbeidsgivere og er avhengig av fleksibilitet, humrer han.



Foto: Alf Ove Hansen / Argus Media

I den første stillingsannonsen han så, var det behov for en kvinnelig fastlegevikar.

– I jobbsøknaden skrev jeg: «Det jeg mangler i kvinnelighet tar jeg igjen i engasjement.»

Søknaden slo an, og Munkvik ble ansatt.

– Hva slags fastlege vil du være?

– Tja ... En oppdatert fastlege, som henviser videre når han skal, men ikke gjør unødvendig mye. Jeg bruker tid hver dag på å informere om farene ved overbehandling og overutredning.

– Hva tenker du er det beste med fastlegejobben?

– Variasjonen i problemstillingene reint medisinsk, og fleksibiliteten, kommer det kontant.

– Og det verste?

– Det jeg oppfatter som unødvendig støy, som attester og møter som føles uhensiktsmessig at en medisinere skal gjøre. Der tror jeg mange er enig med meg, sier han, og pauser.

– Og så er det dagene når takten forsvinner. Pasientmøtene skal jo helst være litt som en vals: tung, lett, lett. Noen dager er det som en marsj: tung, tung, tung.

*«Pasientmøtene skal jo helst være litt som en vals: tung, lett, lett»*

I fjor brukte han påskeferien på å skrive boka *Sånn tenker fastlegen din*.

– Hvor kom den idéen fra?

– Nei, det var vel det jeg nevnte nå. Jeg føler vi fastleger ofte gjentar ganske grunnleggende ting til pasientene våre. Vi kjenner dem ganske godt, men pasientene kjenner jo ikke oss. Forhåpentligvis kan folk lese den boka og skjønne litt mer av hvorfor vi ofte holder igjen på antibiotika, hvorfor vi ikke alltid henviser til MR og CT, og sånne ting. Det er viktig at vi tar kloke valg, understreker han.

Som både veilederkoordinator og medlem av utdanningsutvalget i Legeforeningen er dette verdier Munkvik til stadighet understreker for sine kandidater.

Nå drømmer han om et helt nytt medisinstudium ved Universitetet i Stavanger.

Munkvik har selv vært med i ledergruppen som har utarbeidet forslag til en femte medisinsk grunnutdanning i Norge.

– Studieplanen er ganske klar, og den vil skille seg fra de andre i landet vårt. Her blir det et sterkt fokus på samhandling og forståelse mellom primær- og spesialisthelsetjenesten, forklarer han.

## Fikk pris for engasjementet

I fjor ble Munkvik premiert med den høythengende Løvetannprisen fra Norsk forening for allmennmedisin for sitt mangeårige arbeid med formidling og framsnakking av allmennmedisinen som fag.

– Det var fantastisk gøy. Når jeg gjør alle disse tingene, er jeg veldig opptatt av at det skal bli sett og likt. Men, når jeg er ferdig med det, ser jeg meg sjelden tilbake, sier han, og gestikulerer med hendene.

– Prisen var et slags bevis på at andre har sett litt tilbake og gitt meg en anerkjennelse. Det er artig å ha satt litt spor etter seg, smiler han.

Med stadig større barn håper Munkvik å finne mer tid til egne interesser framover, da gjerne av den meditative sorten.

– I de kommende årene har jeg lyst til å spille mer musikk og øve mer på fotografering, sier han og peker opp i taket.

Der henger et selvknipset bilde av månen, som han lar pasientene hvile øynene på hvis de trenger en timeout.

– Foto er meditativt og roende, også for meg. Løping, foto og musikk. Jeg har godt av sånne ting, smiler han.

– Flere bøker og sanger?

– Joda, de kommer nok sikkert, de også. Jeg har en tralt som går, og podkasten har jo blitt et slags evighetsprosjekt.

Han tar en pause før han nevner bivirkningen med å være produsent av medisinsk radio.

– Problemet er jo at de på kontoret tror jeg går rundt og husker innholdet fra alleepisodene, så de spør meg om alt mulig rart. Jeg har stort sett glemt det. Men da får jeg bare høre episoden på nytt!

---

Publisert: 23. mai 2022. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.22.0258

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2022. Lastet ned fra tidsskriftet.no 9. november 2022.