
Med en fargesprakende aura

INTERVJU

TORI FLAATTEN HALVORSEN

tori.f.halvorsen@gmail.com

Tine Poole er migrenelegen uten spesialitet eller doktorgrad. Dessuten er hun selv pasient. Heldigvis stopper ikke dette henne.



MIGRENELEGE: – Som barn klaget jeg over vondt i halsen og at jeg periodevis hadde dårlig syn. Legen som gjentatte ganger undersøkte halsen min, skjønte aldri at jeg på det tidspunktet ikke hadde ord for kvalmefølelse, forteller Tine Poole. Foto: John Trygve Tollefsen

Research før dette intervjuet har vært forvirrende. For hvor mange hodepineleger ved navn Poole finnes det egentlig? Google-søk har gitt treff på Anne Christine Poole Jørgensen, som startet Norges første migreneklinikk, og Anne Christine Buckley Poole, som har skrevet boken *Migrene*. Videre finner man Tine Poole, klinikkjef på Oslo Hodepinesenter som sammen med en

rekke spesialister har skrevet artikkelen «Praktisk håndtering av hodepine» i Tidsskriftet. Til overmål finnes også Amalie Christine Poole, lege ved Oslo Hodepinesenter.

Innledningsspørsmålet blir derfor: Hvem er hvem?

– Jeg har vært gift tre ganger. Siste gangen nektet jeg å endre etternavnet. Det ble han litt sur for, ler Tine Poole litt overbærende og rekker fram et brudebilde som står på kontorpulten.

– Han fikk dessverre kreft bare et halvt år etter at vi giftet oss. Han døde året etter, for fem år siden nå. Det var så uendelig trist. Han var en fantastisk mann som jeg lærte utrolig mye av.

Et oransje gummiarmbånd rundt håndleddet med påskriften «MIGRENE (usynlig syk)» står i stil til klær, neglelakk og interiør i den samme fargen. Her inne på det ganske lille kontoret tar hun imot mennesker med hodepine. Dessuten fronter hun hvert sjettede menneske i Norge – de som har migrene. Selv har hun hatt migrene siden hun var barn og har vært 50 % uføretrygdet i en periode før de nyeste migrenemedisinene, CGRP-hemmerne, kom. Hun har vært med på å stifte flere organisasjoner, inkludert pasientorganisasjonen Hodepine Norge, som har oransje logo. Hun sitter i organisasjonens fagråd på syvende året og er dessuten styreleder. Overbevisende forteller hun at hun gjerne skulle ha jobbet offentlig og at hun skulle ønske at hun var i stand til å bli spesialist, men det har hun måttet skrinlegge.

– Det finnes ikke tilstrekkelig tilrettelegging i det offentlige for en som har så omfattende migrene som jeg har hatt gjennom livet.

Mor til kun ett barn

– Jeg er blant de 5 % med migrene som ikke blir bedre under en graviditet. Jeg hadde det så jævlig at jeg ikke klarte tanken på et nytt svangerskap. Det ble med ett barn, Amalie. Hun har også blitt lege og jobber her på kontoret. Vi er nære.

«Det finnes ikke tilstrekkelig tilrettelegging i det offentlige for en som har så omfattende migrene som jeg har hatt gjennom livet»

Informasjonen om jobb og privatliv kommer på løpende bånd:

– Som barn klaget jeg over vondt i halsen og at jeg periodevis hadde dårlig syn. Legen som gjentatte ganger undersøkte halsen min, skjønte aldri at jeg på det tidspunktet ikke hadde ord for kvalmefølelse. De periodevise synsforstyrrelsene ble tolket som at jeg trodde jeg hadde nedsatt syn. Øyelegen ga meg briller med vindusglass. Fine røde briller, smiler Tine litt oppgitt. Hun var begeistret for fargen, men konsekvensen av manglende kunnskap var at sykdommen ble oversett. Tine fikk diagnosen først da hun som medisinstudent ble innlagt på Rikshospitalet i København under et intraktabelt migreaneanfall – i dag kalt

status migrenosus. Avdelingen hun var innlagt på, ble senere til Dansk Hovedpinecenter. Jes Olesen var gründer og sjef og ble senere en av Tinas læremestere.



TERAPIHUND: Tine Poole opplever at hunden skaper trygghet i møte med barn eller unge med migrene. Foto: John Trygve Tollefsen

Barn og ungdom med migrene

– Hver eneste dag har jeg barn og ungdom her på kontoret. Noen har allerede vært hos barnelege. De er ofte veldig restriktive med å skrive ut migrenemedisin, selv til ungdom. Noen kommer med en epikrise med kommentaren: «Det finnes steder der man skriver ut migrenemedisiner også til barn». Da er det for eksempel meg de tenker på, forteller Tine, som tar opp hunden som har et halsbånd i brunoransje farge. Hun er veldig glad i hunder, men har den siste tiden måttet leie en hundepasser for turgåing. Ryggen skaper problemer for hodepinelegen. Snart skal hun ryggopereres for åttende gang.

– Hunder gir barna trygghet. Barn med hodepine trenger å bli sett og forstått i tillegg til å få medikamentell behandling. Det går an å ha det bra med migrene. Mestring er viktig. Derfor har vi startet med mestringsgrupper her på kontoret. Pasientorganisasjonen fokuserer også på dette. Vi må tenke helhetlig. Da jeg startet migreneklinikken på Sjølyst Medisinske Senter på 1990-tallet, hadde vi et tverrfaglig samarbeid med allmennlege, nevrolog, øre-nese-hals-spesialist, fysioterapeut, psykiater, psykolog, treningsinstruktør, kiropraktor, sykepleier og ernæringsfysiolog.

«Pasienter med usynlige sykdommer må bli trodd på Nav. Derfor er jeg ofte med pasienten dit»

Tine legger vekt på at man også må kunne nok om trygderettigheter. I (den oransje) boken *Migrene* er det siste kapittelet viet rettigheter og råd.

– Pasienter med usynlige sykdommer må bli trodd på Nav. Derfor er jeg ofte med pasienten dit. Nav tar rett som det er kontakt for at jeg skal gi en ekspertuttalelse eller en second opinion. Heldigvis er ikke de like opptatt av formelle titler som mange andre i systemene våre er.

Tverrfaglig samarbeid

– Er det mye konflikter i fagmiljøet?

– Nei, vi er en fin gruppe leger i Norge som jobber med hodepine. Jeg har hatt et langvarig og godt samarbeid med spesialistene og sykehusavdelingene. Vi har månedlige fellesmøter der vi diskuterer vanskelige saker. Sammen skriver vi artikler, deltar på og holder kurs i inn- og utland. I årevis har nevrolog Aud Nome Dueland og jeg sammen med andre spesialister holdt hodepinekurs for allmennlegene i regi av Legeforeningen. I tillegg holder jeg mange kurs og foredrag på oppdrag fra den farmasøytiske industrien. På møterommet her på senteret har jeg for eksempel regelmessig botoxinjeksjonskurs for allmennleger, nevrologer og sykepleiere. Slik får jeg spredt ferdighetene slik at også flere kan hjelpe migrenepasienter bedre.



GJENNOMFØRT: Oransjefargen følger Tine Poole uansett hvor hun er. Foto: John Trygve Tollefsen

– Skulle du helst ha vært nevrolog?

– Egentlig ville jeg bli kirurg, som min bror, men det var umulig. Bare det å tenke tilbake på nattevaktene under turnustiden på Diakonhjemmet gjør at jeg grøsser. Det var en fantastisk læretid og et godt sykehus. Men nattevaktene

endte med at jeg hadde dundrende hodepine, og jeg ble kjent som hun som kastet opp på morgenmøtene. Jeg kunne rett og slett ikke fortsette med de langvarige nattevaktene som man trenger for å oppnå en klinisk spesialitet.

Forsøk på doktorgrad

På den tiden var det ikke opplagt at Tine skulle jobbe på fulltid med hodepine. Et doktorgradsarbeid innenfor toksikologi kunne passe i forhold til egne helseutfordringer. Men kombinasjonen med radioaktive stoffer og et svangerskap med mer eller mindre kontinuerlig migrene gjorde doktorgradsarbeidet vanskelig.

«Nattevaktene endte med at jeg hadde dundrende hodepine, og jeg ble kjent som hun som kastet opp på morgenmøtene»

Allmennlege på eget kontor ble det beste alternativet.

– Der kunne jeg styre mer av hverdagen selv – slik man *må* når man har migrene. Nå har jeg for eksempel første pasient tidligst klokka 10. Hvert år overrekker vi forresten en pris for Norges mest hodepinevennlige arbeidsplass.

– Vi?

– Ja, vi i pasientforbundet Hodepine Norge. Vi kom på ideen om en prisutdeling da vi drodlet om hvordan vi kunne drive forebyggende helsearbeid. I år gikk prisen til DNB. De tilrettelegger for eksempel for dimming av lys og mindre støy i tillegg til fleksibel arbeidstid og helseforsikring. Ikke minst møter de sine arbeidstakere med omsorg og forståelse. Det er jo helt absurd at Nav skal betale 1,6 milliarder til hodepinepasienter hvert år. Migrene er den største årsaken til uførhet blant unge voksne. Mye kunne vært gjort annerledes.

Privat helsesenter

– Blir du aldri lei av å snakke om hodepine?

– Nei, aldri. Men hvor var vi?

Hun forteller om perioden som allmennlege på Hoff legekontor før hun startet Sjølyst Medisinske Senter med alle faggruppene. Noen hadde refusjon, andre ikke. De kardiologidyktige tok hjertepasientene, Tine og nevrologene tok alle hodepinepasientene.

– Etter hvert hadde jeg 40 medarbeidere. Det fungerte fint. Den hjelpen og omsorgen jeg fikk ved innleggelsen i København var helt sikkert avgjørende for ønsket om å starte det som ble Norges første hodepineklinikk. Men så kom fastlegeordningen der *alle* allmennlegene skulle ta *alt* for *alle* sine pasienter. Det passet ikke vår modell. Bydelen laget også en del trøbbel for oss.



GODT SAMARBEID: Nevrolog Aud Dueland og Tine Poole jobber tett sammen, inkludert når Hodepine Norge har møter. Foto: John Trygve Tollefsen

- Hvordan har du lært deg alt om hodepine og migrene?
- Egenerfaring, samtaler med pasienter og mye lesing i tillegg til at legemiddelindustrien sendte meg på utallige kurs og konferanser, særlig i USA. Jeg var en sånn nerd som var på alle forelesningene. Da jeg en gang spurte et av firmaene hvorfor de inviterte kjendisleger som ikke en gang kom på foredragene, slik jeg mente de skulle, var svaret at de var med fordi de var trakk folk. Det var en del som måtte ryddes opp i. Jeg hadde, slik jeg ser det, ingen andre muligheter enn å benytte legemiddelfinansiering for å bli flink på hodepine, som jeg brant – og brenner – for.

Angst og depressive tanker

Tine er tydelig på at hun ikke lar seg kjøpe av legemiddelindustrien.

- Jeg skriver aldri ut medisiner til andre enn de pasientene som har indikasjon. Det er ikke en sexy sykdom, for å si det sånn, ler hun. Hun har tatt bilde av seg selv når hun er midt i et fælt anfall. Fotografiet viser et blekt, ugjenkjennelig og hovent ansikt med matte øyne.
- Bildet ble tatt under et anfall rett før jeg skulle reise til London for å gifte meg for andre gang. Det kanskje ikke alle vet, er at man blir svarttenkende og angstfylt under slike jævlige anfall. Jeg ba faktisk datteren min om å ringe min tilkomne mann for å avlyse bryllupet. Når man er inne i et slikt anfall, unner man ikke partneren sin en ektefelle som bare er en belastning, sier Tine alvorlig.

«Når man er inne i et slikt anfall, unner man ikke partneren sin en ektefelle som bare er en belastning»

Tine finner et nytt bilde som hun også pleier å vise når hun underviser. Her ser man en brud med velfrisert hår og ildrøde lepper som er ikledd en knallrød, utringet og tettsittende kjole. Det er en slående likhet mellom bruden Tine Poole og Marilyn Monroe. Etter en lang latter forteller Tine om da hun tok med seg et filmteam inn på soverommet under et migreaneanfall. Slik fikk huslegen i frokost-tv vist tv-titterne hvilket helvete det er å være fanget i et migreaneanfall.

– Vi lever bare én gang. Jeg har aldri vært den som har vært redd eller bekymret. Det har hjulpet meg fra å forbli i kjelleren når migreaneanfallene er over, sier Tine, samtidig som hun forteller i en bisetning om da hun som student også var fotomodell i USA og hadde agentur for klær og badedrakter.

Uføretrygd og ryggplager

– På et tidspunkt var jeg 50 % ufør, men heldigvis kan man melde fra hvis man blir bedre og kan jobbe igjen. Veldig mye har endret seg siden CGRP-hemmerne kom – både for pasientene og for meg selv. Det er fantastisk å være så mye bedre. Akkurat i dag har jeg ikke hodepine i det hele tatt.

Det er vanskelig å se for seg Tine uten at det går i hundre. Det vil si, man ser det når hun reiser seg fort opp. Da tar hun seg til korsryggen. Bevegelsene er ikke så smidige som man hadde forventet.

– Sånn er det. Både leger og andre har vansker med å se plager som ikke er synlige hele tiden, som migrene og ryggsmarter.

Noen år jobbet Tine på Sandvika Nevrosenter. Deretter var hun på Volvat, der hun for andre gang skulle etablere en hodepineavdeling. Så kom koronaen. Volvat bråbestemte at lokalene til hodepinepasientene i stedet skulle brukes til de koronasmittede. Hodepineklinikken ble fra en dag til en annen nedlagt. Tine ga seg ikke. Som 61-åring startet hun et senter med nok en oransje logo – Oslo Hodepinesenter.

Anne Christine (Tine) Poole

Født i 1959

Cand.med., Universitetet i København, 1987

Doktorgradsstipendiat, Statens retts toksikologiske institutt, 1990–94

Allmennlege, Hoff Private Legesenter, 1994–97

Eier, leder og allmennlege, Sjølyst Medisinske Senter, 1997–2010

Forfatter av boken *Migrene*, 2011

Lege, Oslo Migreneklinikk, 2011–13

Lege, Sandvika Nevrosenter, 2014–18

Initiativtaker og styreleder, Pasientorganisasjonen Hodepine Norge, 2017–d.d.

Lege, Volvat Medisinske Senter, 2018–20

Eier, klinikk sjef og lege, Oslo Hodepinesenter, 2020–d.d.

– Nå vil jeg ikke drive så stort. Her er det bare tre behandlingsrom, hvorav ett kan benyttes som undervisningsrom. Helsesekretæren sitter på Sørlandet. Hun sender meg meldinger hvis noe haster. Her inne trenger vi bare litt hjelp, for eksempel for å trekke opp botox. Vi har langvarige konsultasjoner. Nye pasienter får gjerne 1 1/2 klokke. Det legger et godt grunnlag for oppfølging via video- eller telefonkonsultasjoner for folk som bor langt unna. På denne måten holdes stressnivået nede for legene, pasientene og for terapihunden.

– Men hva med en ny mann?

– Jeg avlyste en date i København for noen uker siden. Jeg bruker unnskyldningen med at jeg ikke lenger har emosjonell kapasitet, ler Tine.

Det er vanskelig å tro at den fargesprakende og sprudlende hodepinelegen lar seg stoppe på verken det ene eller andre området i livet. Det kan opplagt mange mennesker med hodepineplager være glade for.

Publisert: 15. mars 2024. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.0853

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 2. juli 2026.