

---

# Ingvar Hjermand

---

MINNEORD

SVERRE E. KJELDSEN

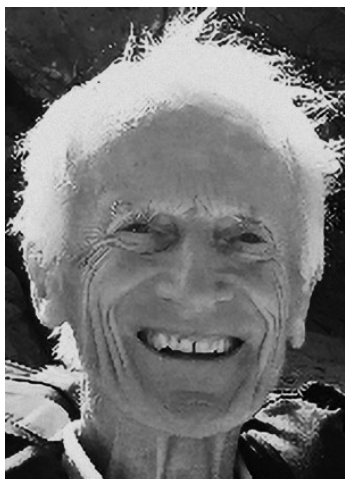
TOR OLE KLEMSDAL

SERENA TONSTAD

SIGMUND ANDERSSEN

DAG THELLE

---



Vår læremester Ingvar Jacob Hjermand døde 23. mars 2025, over 90 år gammel.

Hjermand var internasjonalt kjent for det prospektive og kontrollerte forsøket om røyking og kosthold, som utgjorde hovedarbeidet i hans doktorgradsavhandling. Det viste at et kosthold med mindre mettet fett, mer fisk og grønnsaker, samt røykestopp, kunne forebygge hjerteinfarkt.

Han var født i Lærdal, og selv om han studerte medisin i Oslo, la han aldri helt vekk den typiske dialekten. Når vi diskuterte annet enn forebyggende kardiologi, kom han inn på sin bror «ordføreren», lokale hendelser og

laksefiske i Lærdalselven. Allerede på 1970-tallet markerte Hjermand seg med data fra Oslo-undersøkelsen sammen med Paul Leren og den sterke forskningsgruppen ved Hjertemedisinsk poliklinikk på Ullevål sykehus. Screeningundersøkelsen samlet data fra 16 000 menn i Oslo med alderen 40–49 år. Tverrsnittsanalysene viste korrelasjoner mellom kolesterol, triglycider, glukose, blodtrykk og kroppsvekt, og representerte kanskje den første beskrivelsen av det metabolske syndromet. Røykevaner, fysisk aktivitet og alder var flettet inn slik som vi i dag synes er åpenbart.

Menn i Oslo-undersøkelsen med høyt kolesterol og røykevaner ble rekruttert til Hjermands intervensjonsforsøk, og menn med mild hypertensjon ble rekruttert til et parallelt forløpende blodtrykksforsøk ved Anders Helgeland. Forskningsgruppen hadde også suksess med diverse studier innen hypertensjon, både i forhold til patofysiologi og med tanke på ulike farmakologiske prinsipper. Hjermand veiledet også et kontrollert forsøk som viste at saltfattig diett gjennom ett år senket blodtrykket med 10 mmHg.

I sitt virke hadde Hjermand en sjelden egenskap: Han kunne være som en streng skolemester som sa tydelig fra til pasientene at livremmen måtte strammes inn to hakk til neste kontroll, samtidig som han utstrålte varme og omtanke slik at pasientene forstod at han var på deres parti. Også som forsker var han inkluderende. Han løftet frem yngre kolleger og dro dem med opp på et høyt nivå. Han samarbeidet med statistiker Ingar Holme, som også ble en internasjonal kapasitet med virke innen store multinasjonale kardiovaskulære studier.

Da Tromsø-undersøkelsen ble startet i 1974, delte Hjermand raust av sine erfaringer fra Oslo-undersøkelsen. Dette, og de store fylkesscreeningene ved Statens Helseundersøkelser, bidro til standardiserte metoder og viktige felles analyser.

Hjermand ble avdelingsoverlege og professor på en nyopprettet forebyggende kardiologisk poliklinikk på Ullevål sykehus. Han fikk forskningspriser av Oslo Kommune, Universitetet i Oslo, Ingrid Espelid Hovigs matkulturpris samt Nasjonalforeningens hjertepris i år 2000. Han var publikasjonsaktiv til og med 2006 og levde deretter et tilbaketrukket liv sammen med sin kone og kollega Veslemøy.

---

Publisert: 26. juni 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0380

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 3. juli 2026.