
Ulykkesfuglen som ikke har tatt skrekken

INTERVJU

TORI FLAATTEN HALVORSEN

tori.f.halvorsen@gmail.com

Ole Aasgard-Nebbeset var andreårsstudent da skigleden ble erstattet med smerter og null bevegelse eller følelse i bena. Nå oppdrar han ungene sine til å prøve og feile – og å kjenne på mestring.



SER MULIGHETER: Ole prioriterer mest mulig utetid når alt med familie og jobb er unnagjort. Litt snø i luften stopper verken han eller barna. Foto: Tori Flaatten Halvorsen

Tvillingguttene til fastlege Ole Aasgard-Nebbeset er bare 17 måneder gamle. Likevel får de lov til langt mer enn de aller fleste på den alderen. Med hodet først åler begge seg ned de to trinnene i steintrappa i et gårdsbygg fra 1800-tallet. Et par minutter senere famler den minste seg nedover en – for mange

foreldre – altfor bratt skråning. Guttungen mister kontrollen og ruller den siste halvmeteren ned på flaten. Ole passer på når gutten prøver seg i livet, men lar ham fortsette. Guttungen krabber videre – og Ole smiler.

– Som barn må man gjennom litt knall og fall, smerter og kanskje også fryse litt. Hvordan skal vi ellers lære oss å mestre? Jeg tror unger får oppleve altfor lite av dette. Det kan da ikke være bra, verken for kroppen, hodet, selvfølelsen eller selvtilliten, sier Ole.

«Som barn må man gjennom litt knall og fall, smerter og kanskje også fryse litt. Hvordan skal vi ellers lære oss å mestre?»

35-åringen virker ikke til å bekymre seg for om ungene skal skade seg. Det til tross for at han som andreårsstudent på medisin egentlig skulle ha blitt fortalt at han aldri mer ville klare å stå på bena. Da var den habile telemarkskjørerens nyoperert, men fortsatt lam i begge bena og med begrenset kontroll over de naturlige funksjoner, som vi leger kaller det. Men moren til Ole nektet nevrokirurgen å informere sønnen om den medisinske vurderingen som forelå på det tidspunktet. Hun visste at sønnen hadde en ekstrem stå-på-vilje og alltid har sett lyst på livet.

Ole Aasgard-Nebbneset

Født 1990, oppvokst på Eidsvoll Verk

Bachelor, psykologi, 2010–11

Cand.med., UiT Norges arktiske universitet, 2020

Lege i spesialisering, del 1, Universitetssykehuset i Nord-Norge Narvik og Ibestad kommune, 2020–22

Allmennlege i spesialisering, Silsand legekantor, 2022–23

Lege i spesialisering, del 2, Indremedisinsk avdeling, Voss sjukehus, 2023–24

Allmennlege i spesialisering, Vågå helsesenter, 2024–d.d.

Skikjøring på godt og vondt

Ole lyser av letthet når han ønsker meg velkommen til gårds. Jeg har kjørt på GPS, men har likevel lurt på om det var rett å kjøre nesten helt opp til bommen på den uasfalterte fjellovergangen mellom Vågå og Lesja. Nå sover ungene. Vi spiser lapper fra Ottamartnan og snakker om ulykken som skjedde for 10 år siden.

– Det var bra jeg *ikke* fikk den nedslående beskjeden fra kirurgen som hadde avstivet fem av ryggvirvlene mine. Et slikt slag i magen ville i så fall ha kommet rett før jeg for første gang på 14 dager kjente frisk luft i nesa. Jeg var i ferd med å bli overflyttet fra Ullevål sykehus til Sunnaas. Den friske lufta ble for mye for meg. Da rant tårene, forteller Ole.

Han ser ut over fjellene fra stuevinduene og sier at han er superfornøyd med å bo der det er mest sollys i hele området.



PRØVE OG FEILE: – Som barn må man gjennom litt knall og fall, smerter og kanskje også fryse litt, sier Ole. Foto: Tori Flaatten Halvorsen

– Hva skjedde egentlig 1. april 2015?

– Brutter'n, fatter'n og jeg sto på telemarkski på Kvitfjell. Jeg prøvde et nytt hopp. Farten på hoppkanten var større enn jeg forutså og høyden ble altfor stor. Smertene i ryggen hogg til idet jeg landet på bena. Bena var med ett

lamme og uten følelse. Jeg skjønnte det var «noe nevrologi», men smertene overdøvet all vurderingsevne. Smertene ble enda verre da jeg ble spent fast på en bære og kjørt med ambulanse ned de humpete veiene.

«Jeg var i ferd med å bli overflyttet fra Ullevål sykehus til Sunnaas. Den friske luften ble for mye for meg. Da rant tårene»

I etterkant har Ole kommet fram til at han i landingsøyeblikket må ha bøyd ryggen på en helt spesiell måte. All energien traff så konsentrert på L2-virvelen at den – og bare den – ble delvis knust. Ødem og knust benvev gjorde at ryggmargen ble presset sammen. En ekte cauda equina-skade, vurderte nevrokirurgen.

– Under valgfriperioden på andreåret i Tromsø kombinerte jeg skikjøring i de østerrikske alper med hospitering på sykehus der de behandlet skiskader. Bare noen uker etterpå ble jeg selv skadet. Det er nesten som man kan tro på skjebnen.

– Har du tidligere brukket armer eller ben?

– Aldri. Jeg liker fart og å prøve ut nye ting, men har aldri blitt trigget av å ta spesielt stor risiko. Telemarkskjøring forbinder man ikke med store skader, forteller han, som i masteropp-gaven valgte å fokusere på ryggmargsskader.

Ydmykhet i møte med pasientenes fremtidsutsikter

Ole er ikke sint på legen som mente det var en komplett cauda equina-skade der nervetrådene aldri kunne finne tilbake til hverandre. Men han er tydelig på at vi leger må være ydmyke når det gjelder hva vi kan vite om pasientenes framtidsutsikter. Dessuten er han opptatt av at pasientene selv må ta mer ansvar for egen helse og behandling enn det som det legges opp til i dag.

«Det var nytt å tenke ett skritt av gangen. Det har jeg måttet lære meg»

– Når det er sagt, brukte fysioterapeutene mine mye tid på å få meg til å trene mindre. Jeg ville klare for mye på for kort tid. Først ville jeg ikke engang si fra meg isbreguiding på Juvasshytta bare tre–fire måneder etter skaden. Men jeg fikk til alle de andre målene mine: gå og stå på ski, padle og sykle. Det var nytt å tenke ett skritt av gangen. Det har jeg måttet lære meg, forteller han ettertenksomt.

Tvillingene har våknet og krabber nå rundt på tregulvet i stua. En av dem står plutselig oppreist på begge bena uten å holde seg fast. Ungen er stolt som en hane. Faren, som for ti år siden selv måtte trene dag etter dag for selv å kunne stå på bena igjen, klapper i hendene og roper et høyt «bra jobba!» til sønnen. Guttungens smil blir enda bredere – og jeg får en klump i halsen.



HEIAGJENG: Bare 6–7 uker etter ulykken reiste kullkameratene til Eidsvoll for å besøke Ole på 17. mai. I ringen rundt Ole, fra venstre Per Sannes Heger, Marius Grønvoll, Vegard Bredal Olsen og Ragnar Leiros. Foto: privat

Kullkamerater på besøk midt i eksamensforberedelsene

Ole hadde også mange som heiet på ham da det virkelig trengtes. Moren, faren og broren var ofte innom på Sunnaas. I tillegg sto alltid kompisene fra Tromsø ved hans side.

– Kollokviegjengen dro midt i eksamensforberedelsene til hjemplassen min for å feire 17. mai sammen med meg. Alle fem var utenfor Eidsvollsbygningen da flagget ble heist til topps. De hjalp meg også med å forberede meg til eksamen, som jeg måtte utsette til over sommeren. De var helt fantastiske, sier han. Øynene hans blir blanke.

Moren sto på for at administrasjonen ved Universitetet i Tromsø skulle ordne det slik at sønnen skulle få ta eksamen. Men først måtte Ole gjennomføre obligatorisk praksis i psykiatrien.

– Mutter'n er spesialpedagog og hadde derfor kontakter innen psykiatrien. Å hospitere ved Nydalen DPS mens jeg satt i rullestol, gikk fint.

«Vi gutta fortsatte å trene sammen. En medstudent tok på seg klatreselen og bandt tau til rullestolen min, slik at han kunne trekke samtidig som jeg pigget oppover turveiene i Tromsdalen»

Ole tok eksamen inne på en rom på Sunnaas, men besto akkurat ikke. Det ble en ny runde med andre studieår. I løpet av de neste årene var han tilbake på Sunnaas og hadde flere opphold på CatoSenteret og Beitostølen Helsesportsenter.

– Du vurderte ikke å søke overgang til Universitetet i Oslo – et sted nærmere barndomshjemmet og familien, behandlingsstedene og dessuten en studentby som har mindre snø, vær og vintermørke?

Ole ser forundret på meg.

– Nordpå hadde jeg vennene mine og landskapet jeg likte. Vi gutta fortsatte å trene sammen. En medstudent tok på seg klatreselen og bandt tau til rullestolen min, slik at han kunne trekke samtidig som jeg pigget oppover turveiene i Tromsdalen. En annen medstudent ville være med på sittehockey da jeg ble spurt om å starte opp et sittehockeylag i byen. Dessuten fortsatte vi å stå på ski sammen.



GA SEG ALDRI: Deltagelse i Ridderrennet ble en selvfølge for Ole, som ikke ga seg for han igjen kunne gå på egne bein. Foto: privat

Gråt av skiglede

Ole gråt av glede da han endelig igjen hadde ski under seg, denne gangen på sitski. Frihetsfølelsen ved å være tilbake i bakkene var overveldende. Det ble mange turer også utenfor løypene. Han deltok i Ridderrennet på Beitostølen og var prøvekjører i en konkurranse i skianlegget i fjellet bak Narvik. Nå kunne han farte fra sted til sted med den spesialbygde bilen fra NAV. Gass og brems styres med hendene og bilen har god plass til utstyr og rullestol.

– De gangene jeg ikke fikk med meg noen for å stå på ski, var tunge. Det var vanskelig å få til alt det praktiske alene når jeg skulle ut av bilen og opp i bakken, innrømmer han.

Dessuten kunne det være vanskelig å komme seg opp hvis han falt.

– Familien min har alltid vært tett på hverandre. Å hjelpe hverandre har vært en selvfølge. Jeg hadde selv barneepilepsi og barneastma. Rullestol, krykker og andre hjelpemidler var en del av barndommen min. Mutter'n fikk en forverring av en ryggskade under fødselen da jeg kom til verden.

Etter hvert satt moren for det meste i rullestol. Da Ole var 13 år, ble moren operert og klarte å trene seg opp til å gå.

– Erfaringene fra barndommen har hjulpet meg. De er også noe av årsaken til at jeg allerede som barn tenkte at jeg ville bli lege.

Legen jobber med hodet, ikke med bena

Ole opplevde stort sett at det var godt tilrettelagt for rullestolbruk. Men når det ikke fantes muligheter for å komme seg fram, var det frustrerende. Moren ga seg ikke da studentleiligheten hun hadde fått ordnet, ikke var godt nok egnet for en rullestolbruker. En ny leilighet gjorde hverdagen lettere.



ELSKER Å VÆRE UTE: – Ungene skal etter hvert starte i en friluft- og gårdsbarnehage, forteller Ole. Foto: Tori Flaatten Halvorsen

– På Sunnaas jobber det en lege som selv sitter i rullestol. En lege jobber stort sett bare med hodet. Det må legges til rette for at kollegaer med funksjonsnedsettelse kan få jobb. Det er dessverre ikke alltid tilfelle.

Ole syntes han var heldig da han parkerte rullestolen og satte fra seg krykkene omtrent samtidig som han var ferdig med andre runde av andre studieår. Det eneste hjelpemiddelet han fortsatt bruker, er skinner for å kompensere for droppfot på begge sider.

«En lege jobber stort sett bare med hodet. Det må legges til rette for at kollegaer med funksjonsnedsettelse kan få jobb»

Den spesialbygde bilen står fremdeles utenfor garasjen på fjellgården.

– Jeg ringte Nav og spurte hvor jeg skulle levere tilbake bilen, men de ville ikke ha den. Det er helt sprøtt at ikke andre med rullestol skal få nytte av den. Men uansett – vi kjører den til den ikke går lenger. Den andre bilen har kona i dag. Hun er på praksis på Otta for å bli ferdig helsesykepleier. Som både jordmor og helsesykepleier kommer hun til å bli attraktiv på arbeidsmarkedet her i bygda.

Stifinneren

Det har gått fem timer med mye prat og leking med ungene da kona, Hildegunn, kjører inn på tunet. Familiebilen er en firehjulstrekket av modellen Pathfinder. Bilnavnet passer godt for den reisen Ole har gjort de siste ti årene.

– Hvordan traff dere hverandre?

– På Tinder. Han inviterte meg på skitur på første date, forteller Hildegunn.

– Jeg elsker jo å gå på ski. Og jeg visste at jeg ville ha en som var glad i å være ute. Så det var helt naturlig. Jeg gikk på trynet noen ganger på den turen, men jeg kunne imponere teknisk, ler Ole.



MEST LYS I BYGDA: Ole elsker å se utover landskapet fra tunet på den vakre fjellgården der familien trives så godt. Foto: Tori Flaatten Halvorsen

– Det var fascinerende å se progresjonen også flere år etter ulykken, legger kona til.

– Er det noe du ikke gjør i dag som du gjorde før?

– Jeg liker ikke lenger så godt å løpe om kapp med andre, smiler Ole, før han legger til at anklene ikke har samme stabilitet som før, og at en stortå er følelsesløs. Er det mye psykisk eller fysisk stress, får han store, kortvarige nervesmerter i den samme tåen.

Alltid noe nytt å lære

Ole spør om når intervjuet vil bli publisert. Han avslører samtidig at «Noe å lære av» er artikkeltypen han alltid leser først. Det er kanskje ikke så overraskende for en mann som er opptatt av å lære av egne og andres erfaringer.

«Det hender at jeg fletter inn egne erfaringer når pasienten strever med å komme videre i livet etter sykdom eller skade. Noen ganger faller det i god jord, andre ganger ikke»

– Jeg bruker mye tid på å prøve å forstå hvem pasienten foran meg er. Det er viktig å tilpasse kommunikasjonen deretter. Det hender at jeg fletter inn egne erfaringer når pasienten strever med å komme videre i livet etter sykdom eller skade. Noen ganger faller det i god jord, andre ganger ikke. Det er interessant å reflektere over hvorfor det er slik. Jobben som fastlege er spennende. Man blir aldri utlært, sier han, mens han holder et øye med tvillingguttene.

Den ene gutten er på vei opp en klatrebue som står midt på gulvet. Den andre gutten følger etter, men setter bena fast i lekeapparatet. Jeg styrter til, men før jeg rekker fram, har gutten kommet seg løs og følger etter broren. Ole smiler. Det samme gjør kona, som snart er ferdig med kjøttkakemiddagen.

Mørket skal snart senke seg også her oppe på fjellet. I morgen tidlig kommer sola igjen over horisonten. Det er duket for nye utfordringer for store og små.

Publisert: 8. januar 2026. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0660
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 3. juli 2026.