

---

## Tilbyr hjelp til leger som sliter med rus

---

AKTUELT I FORENINGEN

LISBET T. KONGSVIK

[lisbet.kongsvik@legeforeningen.no](mailto:lisbet.kongsvik@legeforeningen.no)

Samfunnspolitisk avdeling

---

**Trasoppklinikken i Oslo har nå et lavterskel behandlingsopplegg spesielt rettet mot leger med rusproblemer.**



TILBUD: Psykiaterne Shahram Shaygani og Anders Gaasland ved Trasoppklinikken ønsker velkommen til leger som trenger hjelp til å takle sitt rusproblem. Foto: Lisbet T. Kongsvik.

Klinikken ligger fredelig og idyllisk til i skogkanten ved Østmarka i Oslo. Her kan leger som sliter med rus få hjelp av spesialister innenfor avhengighet, rus og/eller psykiatri. Opplegget er lagt opp etter samme mal som Legeforeningens støttekollegaordning. Legen får komme til samtale raskt og i løpet av en uke. I første omgang får man inntil fem samtaler med spesialist. Det skrives ingen journal fra samtalene.

---

## Inspirasjon fra USA

I 2017 dro en gruppe behandlere ved Trasoppklinikken på studietur til Hazelden Betty Ford-klinikken i Minnesota i USA. Der har de en egen avdeling som behandler arbeidstakere med autorisasjon som leger. Men også piloter, sykepleiere og psykologer får kommet til behandling. Målet for behandlingen er å få arbeidstakeren til å forbli eller komme tilbake til arbeidslivet.

– Det var her vi fikk inspirasjon til vårt nye behandlingstilbud rettet mot leger, sier psykiater og klinikkoverlege ved Trasoppklinikken, Anders Gaasland.

---

## Lett tilgang til hjelp

Det er Legeforeningen og Sykehjelp- og pensjonsordningen for leger (SOP) som har inngått et treårig samarbeidsprosjekt med klinikken. Målet er at leger med rusproblemer skal få lett tilgang til hjelp, forhåpentligvis før problemet har blitt så stort at de står i fare for å miste autorisasjonen. SOP betaler for behandlingen og finansierer også reisevei for dem som bor langt unna.

Psykiater Shahram Shaygani har mange års erfaring innen rusfeltet og er tidligere klinikkoverlege og behandler på Trasopp. I flere år har han også vært aktivt med i Legeforeningens støttekollegaordning. Sammen med Anders Gaasland skal han nå lede dette nye behandlingstilbudet.

– Er man lege er det høy terskel for å ta kontakt med behandlingsapparatet. Det å stå frem med et rusproblem og samtidig selv være behandler, gjør det ekstra vanskelig. Det er jo forståelig, for rent psykologisk er dette med rus veldig skambelagt, understreker Shaygani.

– Jeg har litt følelsen av at mange har vanskelig for å forstå at en lege har et rusproblem. Jeg vet at leger har blitt møtt med holdninger som for eksempel at hun eller han som lege burde vite bedre, sier han videre.

---

## En samtalepartner

Klinikkoverlege Gaasland understreker at leger som kommer til samtale ikke har pasientstatus.

– Dette er ikke behandling, men en kollegial samtale mellom en spesialist og et annet menneske som har det vanskelig, sier han.

Etter at samtalene er gjennomført, vil legen få en tilbakemelding via en rapport.

– Samtalene i seg selv kan være god nok hjelp for mange, men å anbefale henvisning videre i behandlingsapparatet for eksempel her ved Trasoppklinikken, kan også være aktuelt.

– På lik linje med støttekollegaordningen, vil det ikke blir ført journal fra samtale. Det tror vi er svært viktig for å få leger til å benytte seg av dette behandlingsopplegget, sier Gaasland.

---

## Rusavhengighet – en sykdom

Forskning viser at rusavhengighet er en sykdom. Til tross for dette, er behandling og rehabiliteringstiltakene rettet mot pasienter med rusproblemer fortsatt preget av moralisme, mener Shahram Shaygani.

– Det er viktig å bli møtt med forståelse og ikke fordommer. Mer forståelse gir mindre stigmatisering. At lidelsen nå defineres som en sykdom demper heldigvis noe av denne moraliseringen og stigmatiseringen, understreker han.

Nettopp hvordan man ser på dette sykdomsbildet betyr også svært mye med tanke på å få en rusavhengig tilbake til arbeidslivet og samfunnet igjen.

– Etter en rusbehandling er man ofte veldig sårbar og opplever det tungt å komme tilbake. Mange er også usikre på hvor åpne de kan være om sin ruslidelse. Selv etter en vellykket behandling vil det å møte en vanskelig tilværelse dessverre i seg selv kunne trigge et nytt tilbakefall. Det er derfor svært viktig med et sosialt nettverk som møter deg med forståelse og ikke fordommer. Hvordan man blir tatt imot på arbeidsplassen og hvordan apparatet er rundt deg der, er av stor betydning for rehabiliteringen, sier Shaygani.

---

## Kan ramme alle

– Jeg har gjennom årene behandlet tusenvis av pasienter med avhengighet eller skadelig bruk av diverse rusmidler. De tilhører en svært heterogen gruppe, der man finner mennesker fra alle sosiale lag i samfunnet, sier Shaygani.

Han legger til:

– Dessverre er det slik at man som rusavhengig lett blir sett på som en person med dårlig moral, svak viljestyrke og dårlig dømmekraft. Rusavhengighet er en sykdom som preger området i hjernen som har med valg og konsekvensanalyse å gjøre. Dette området er helt sentralt for at du skal kunne gjøre riktige valg.

---

## En ressurs videre

– Personlig mener jeg at hvis man klarer å håndtere kriser i livet, så vil man være en ressurs videre. Jeg tenker at leger som har hatt et rusproblem eller en psykisk lidelse og kommet seg gjennom det, vil vokse på erfaringen og bli en bedre lege, sier Shaygani.

– Mange frykter å miste autorisasjonen; det er jo svært dramatisk for en lege. Jeg mener at så lenge rusavhengighet er en sykdom og det er sykdommen som gjør at man ikke fungerer i arbeidslivet, så bør man heller sykmeldes en periode, komme i behandling og få hjelp til rehabilitering enn å miste autorisasjonen.

---

## Skal evalueres

Både Shaygani og Gaasland håper dette nye lavterskeltilbudet vil bli benyttet av leger som trenger det. Når prøveprosjektet er avsluttet etter tre år, så er planen å lage en evalueringsrapport med oversikt over hvor mange som har deltatt og hvordan det har gått.

– Kanskje dette behandlingstilbudet kan bli et pilotprosjekt som etter hvert kan benyttes av også andre yrkesgrupper som har autorisasjon, spør Shaygani avslutningsvis.

---

Er du lege og sliter med rus? Her kan du få hjelp:

Legeforeningen, Sykehjelps- og pensjonsordningen for leger (SOP) og Trasoppklinikken, tilbyr hjelp til leger med rusproblemer. Målet er å kartlegge legens ruslidelse og psykiske helse, for deretter å komme med forslag til videre behandling.

Kontakt Shahram Shaygani, 920 51 842 / [s.shaygani@trasoppklinikken.no](mailto:s.shaygani@trasoppklinikken.no) eller

Anders Gaasland, 924 24 324 / [a.gaasland@trasoppklinikken.no](mailto:a.gaasland@trasoppklinikken.no).

Henvising ikke nødvendig.

Konsultasjon innen en uke.

---

---

Publisert: 9. desember 2019. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra [tidsskriftet.no](http://tidsskriftet.no) 1. september 2026.