

---

## Kurering, heling og habilitering

---

### SPRÅKSPALTEN

#### Yael Friedman

yael.friedman@ifikk.uio.no

Yael Friedman er stipendiat ved Institutt for filosofi, idé- og kunsthistorie og klassiske språk og Senter for filosofi og vitenskap ved Universitetet i Oslo.

#### Sebastian Watzl

Sebastian Watzl er førsteamanuensis ved Institutt for filosofi, idé- og kunsthistorie og klassiske språk og Senter for filosofi og vitenskap ved Universitetet i Oslo.

#### Gry Oftedal

Gry Oftedal er førstelektor ved Institutt for filosofi, idé- og kunsthistorie og klassiske språk og leder for Senter for filosofi og vitenskap ved Universitetet i Oslo.

#### Carl Henrik Gørbitz

Carl Henrik Gørbitz er direktør for UiO:Livsvitenskap og tilknyttet Senter for filosofi og vitenskap ved Universitetet i Oslo.

---

**På engelsk skiller man mellom *disease*, *illness* og *sickness*. Vi foreslår å oversette dette til henholdsvis *sykdom*, *lidelse* og *svekkelse*, og introduserer ny terminologi for «å bli bra igjen» fra disse tilstandene.**

Den amerikanske sosiologen Andrew Twaddle (1938–2020) og den norske filosofen Bjørn Hofmann har argumentert for å skille mellom det biomedisinske perspektivet på en redusert helsetilstand (*sykdom*, eng. *disease*), førstepersonsperspektivet (*sykdomsopplevelse*, eng. *illness*) og det sosiale perspektivet (*sykerolle*, eng. *sickness*) (1, 2). Vi vil her primært fokusere på det biomedisinske perspektivet, men samtidig skille mellom de to siste på en litt annen måte slik at de sammen med *sykdom* utgjør tre ulike sider ved en

plage i stedet for tre ulike perspektiver eller synsvinkler på den. Vi vil videre erstatte termene *sykdomsopplevelse* og *sykerolle* med *lidelse* og *svekkelse*, som er bedre forankret i norsk dagligspråk (3).

---

## Hva betyr å bli bra?

Uttrykket å bli bra er unyansert og upresist fordi det kan bety å komme seg ut av enten *sykdom*, *lidelse* eller *svekkelse*, eller to eller tre av disse tilstandene samtidig (4). I tillegg brukes det i sammenhenger der man etter en form for bedring fortsatt er plaget på én eller to andre måter. En person kan for eksempel først være både *syk*, *dårlig* og *svekket* og deretter bli medisinsk sett *frisk* og bli oppfattet som *vevfungerende* av samfunnet rundt, men likevel føle seg *dårlig*.

Rekonvalesens etter hjerteinfarkt kan være et eksempel. Medisinsk behandling er rask og effektiv, men mange pasienter rapporterer likevel om langtidseffekter som tretthet, depresjon, angst og stress. De har det åpenbart ikke bra og opplever følgelig at deres nye «sunne» helsetilstand avviker merkbart fra den de hadde før plagen oppsto. Her ser vi tydelig forskjellen på å komme seg etter *sykdom* («ifølge legen er pasienten frisk») og etter *lidelse* («men pasienten kjenner seg dårlig»).

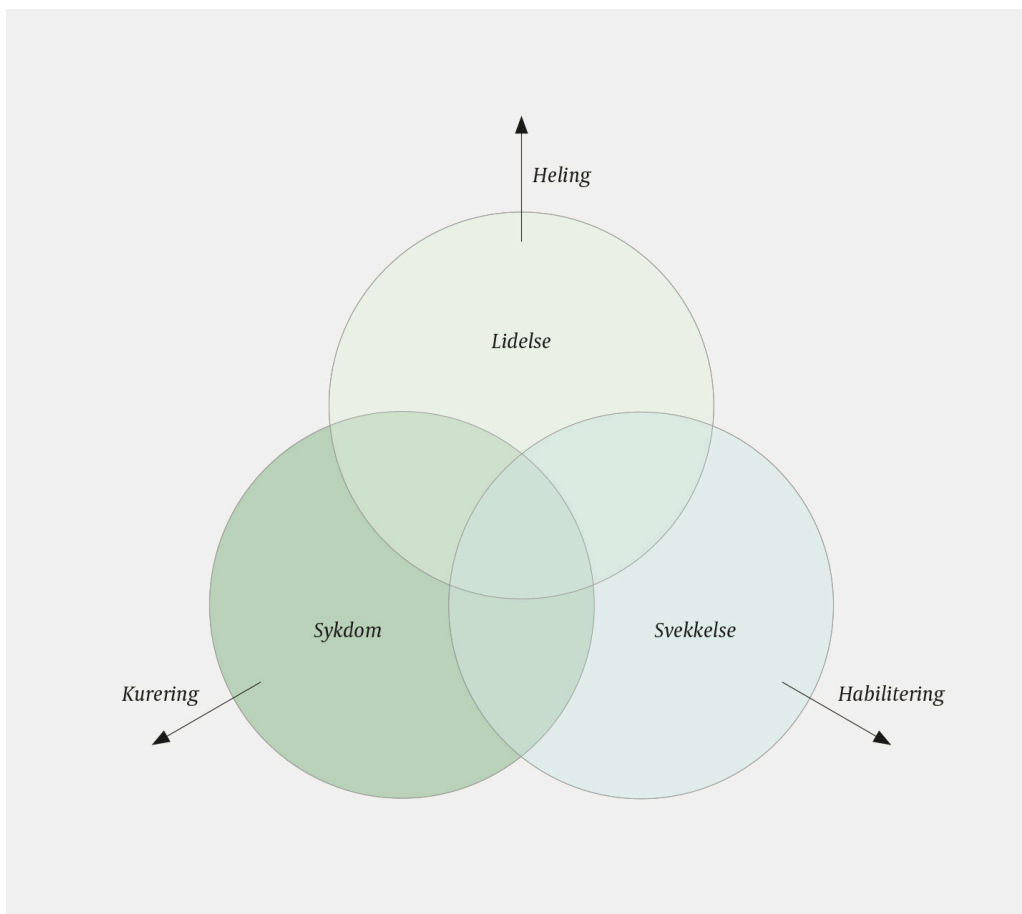
Ensidig vektlegging av det medisinske perspektivet, som hovedsakelig baserer seg på en vurdering av biomedisinske aspekter ved sykdommen, kan føre til «epistemisk urettferdighet» (5) ved at andre sider av det totale sykdomsbildet blir sett på som mindre viktige eller irrelevante, for eksempel når pasientens egen erfaring eller opplevelse ikke tas hensyn til i tilstrekkelig grad.

Et annet grunnleggende problem ved å la en rekonvalesensprosess handle om å bli bra *igjen*, er at uttrykket rommer en forventning om at livet etter en helseplage skal bli som før. Ofte er imidlertid den nye sunnhetstilstanden opplagt enten bedre eller verre enn den gamle. Ervervet immunitet etter en infeksjon gjør for eksempel pasienten bedre rustet til å håndtere en ny runde med smitte, mens kreftpasienter kan oppleve langvarig og tyngende utmattelse etter at de er ferdigbehandlet.

---

## Kurering, heling og habilitering

I stedet for å forstå prosessen med å bli kvitt en helseplage som å vende tilbake igjen, er det mer hensiktsmessig å betrakte den som å komme seg videre mot en ny sunnhetstilstand. Det kan skje ut fra hvert enkelt aspekt ved plagen (figur 1). De tre prosessene kan vi kalle *kurering*, *heling* og *habilitering*. Du kan bli kurert (for sykdom) uten at du blir helet (fra lidelse) eller habiliterert (fra svekkelse).



**Figur 1** Kurering, heling og habilitering er knyttet til hhv. sykdom, lidelse og svekkelse.

Spesielt er det viktig å påpeke at vurderingen av om og når man er *helet*, «blitt hel igjen», bare kan gjøres av pasienten selv. Det handler blant annet om å bli fortrolig med sin nye livstilstand. *Habilitering* påvirkes på sin side av sosiale oppfatninger samt tildeling av formelle økonomiske rettigheter og tilbudet av helsetjenester og tilrettelegging.

De tre parallelle prosessene kan påvirke hverandre, men går ikke alltid i samme tempo, og noen ganger kan én være umulig, for eksempel kurering av en kronisk sykdom. Det er viktig å ta i betraktning ikke bare det biomedisinske aspektet, men også fenomenologiske (pasientens erfaring av seg selv og sine omgivelser) og sosiale aspekter for å oppnå en best mulig ny sunnhetstilstand.

---

## Konklusjon

Ved systematisk bruk av de tre termene *sykdom*, *lidelse* og *svekkelse* kan sammensatte negative helsetilstander beskrives på en mer tilfredsstillende måte. Det vil tydeliggjøre hvem som står for vurderingen, og uheldige misoppfatninger kan unngås. Tilsvarende kan *kurering*, *heling* og *habilitering* brukes til å gi entydige beskrivelser av ulike rekonvalesensprosesser. En slik termbruk kan ha positive utslag på en pasients tilstand, selvfølelse og prognose.

Artikkelen er basert på en vitenskapelig artikkel av Y. Friedman [\(4\)](#) og et innlegg i Aftenposten Viten 24.5.2021 [\(6\)](#).

---

## REFERENCES

1. Twaddle AC. Disease, illness and sickness revisited. I: Twaddle AC, Nordenfelt L, red. Disease, illness and sickness: three central concepts in the theory of health. Linköping: Linköpings universitet, 1994: 1–18.
2. Hofmann B. On the triad disease, illness and sickness. *J Med Philos* 2002; 27: 651–73. [PubMed][CrossRef]
3. Hofmann B, Wilkinson S. Mange betegnelser for sykdom. *Tidsskr Nor Legeforen* 2016; 136: 1125–6. [PubMed][CrossRef]
4. Friedman Y. On recovery: re-directing the concept by differentiation of its meanings. *Med Health Care Philos* 2021; 24: 389–99. [PubMed][CrossRef]
5. Fricker M. *Epistemic injustice: power and the ethics of knowing*. Oxford: Oxford University Press, 2007.
6. Friedman Y, Watzl S, Oftedal G et al. Hva betyr «å bli bra» etter helseproblemer? Tre ord kan hjelpe oss å være tydeligere. *Aftenposten* 24.5.2021. <https://www.aftenposten.no/viten/i/7KWna9/hva-betyr-aa-bli-bra-etter-helseproblemer-tre-ord-kan-hjelpe-oss-aa-v> Lest 12.9.2021.

---

Publisert: 22. mars 2022. *Tidsskr Nor Legeforen*. DOI: 10.4045/tidsskr.21.0653  
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 6. juli 2026.