

---

## Generalist søker spesialist

---

INVITERT KOMMENTAR

KARIN ISAKSSON RØ

karin.ro@lefo.no

Karin Isaksson Rø er ph.d., spesialist i arbeidsmedisin, seniorforsker ved Legeforskningsinstituttet og rådgiver og overlege ved Villa Sana. Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

---

### Felles henvisningsmottak kan gjøre det vanskeligere for leger å søke hjelp.

Hogne Sandvik og medarbeidere har gjort en studie av fastlegers søking etter hjelp, som nå publiseres i Tidsskriftet (1). Studien er særlig verdifull fordi den sammenligner fastleger med en tilsvarende gruppe med hensyn til kjønn, utdanningsnivå og helse. Resultatene viser at fastlegene oppsøkte primærhelsetjenesten i betydelig mindre grad (22 %) enn sammenligningsgruppen (62 %). Derimot var bruken av avtalespesialist omtrent på samme nivå i de to gruppene (18 % versus 16 %). Blant fastlegene som søkte avtalespesialist, var det 35 % som oppsøkte psykiater, mot 13 % i kontrollgruppen.

*«Det er godt dokumentert at leger har en høy terskel for å søke hjelp, at de behandler seg selv og går på jobb med plager de ville ha sykmeldt pasienter for»*

En rekke studier har vist høye nivåer av stress, utbrenthet og suicidrate blant leger. Det er også godt dokumentert at leger har en høy terskel for å søke hjelp, at de behandler seg selv og går på jobb med plager de ville ha sykmeldt pasienter for (2). Flere land har derfor etablert kollegiale støtteordninger for leger. Gjennom slike lavterskelordninger kan leger søke råd og hjelp utenfor det etablerte behandlingstilbudet, oftest uten journalføring. I Norge er det tre nasjonale kollegiale støtteordninger som er finansiert av Sykehjelps- og pensjonsordningen for leger (SOP). I alle fylker finnes støttekollegaer som er

lett tilgjengelige for samtaler, ved Villa Sana på Modum Bad kan leger fra hele landet søke rådgivning og kurs, og Trasoppklinikken har et eget tilbud til leger med rusproblemer (3).

Søkningen til disse støtteordningene har økt de siste årene, særlig blant yngre leger (4). Legene opplever at det er enklere å oppsøke et slikt lavterskeltilbud enn å gå til fastlegen (5). Bruk av støtteordningene kan dermed bidra til lavere søkning til egen fastlege, slik Sandvik og medarbeideres studie viser (1).

Støtteordningene ser ut å hjelpe legene til å søke hjelp i psykiatrisk spesialisthelsetjeneste. I en studie av leger som kom til Villa Sana i perioden 2003–05, oppsøkte over halvparten psykisk helsevern i etterkant (6). Dette kan være én forklaring på fastlegenes bruk av psykiatrisk spesialisthelsetjeneste, som er observert i Sandvik og medarbeideres undersøkelse (1). Gitt et sannsynlig underforbruk av psykiatriske helsetjenester, er dette en positiv utvikling.

I september 2023 ble det etablert et felles henvisningsmottak ved alle helseforetakene (7). Henvisninger til avtalespesialister i psykiatri skal nå rettighetsvurderes i det lokale distriktpspsykiatriske senteret (DPS), og man får enten tildelt en terapeut ved DPS eller hos en spesialist med avtalehjemmel. Det er bekymringsfullt at leger som jeg nå møter i samtaler ved Villa Sana, rapporterer at dette er vanskelig. Den nye ordningen kan være særlig krevende for fastleger som henviser sine pasienter til samme senter, og det kan bidra til på nytt å heve terskelen for at leger søker behandling i psykisk helsevern.

**«Fastleger rapporterer om et lavere eget sykefravær sammenlignet med sykehusleger, og studier tyder på at allmennpraktikere synes det er særlig vanskelig å søke hjelp for psykiske plager»**

Fastleger rapporterer om et lavere eget sykefravær sammenlignet med sykehusleger (8), og studier tyder på at allmennpraktikere synes det er særlig vanskelig å søke hjelp for psykiske plager (9). En fersk doktorgradsavhandling viser at leger er tilbakeholdne med å søke hjelp, blant annet fordi de er usikre på om taushetsplikten overholdes i den offentlige helsetjenesten (10). Dette samsvarer med bekymringene som kom fram i #leger må leve-kampanjen i fjor. Det er viktig å unngå nye strukturelle hindringer for fastleger som selv har behov for psykisk helsevern.

---

## REFERENCES

1. Sandvik H, Hetlevik Ø, Blinkenberg J et al. Hvor søker fastleger hjelp ved egen sykdom? Tidsskr Nor Legeforen 2024; 124. doi: 10.4045/tidsskr.23.0834. [CrossRef]
2. Gustafsson Sendén M, Løvseth LT, Schenck-Gustafsson K et al. What makes physicians go to work while sick: a comparative study of sickness presenteeism in four European countries (HOUPE). Swiss Med Wkly 2013; 143: w13840. [PubMed][CrossRef]

3. Den norske legeforening. Helse- og omsorgstilbud for alle leger og medisinstudenter. <https://www.legeforeningen.no/om-oss/helse-og-omsorgstilbud-for-alle-leger-og-medisinstudenter/> Lest 13.4.2024.
4. Eriksen KF. Voldsom økning i pågang til Modum bad fra utbrente leger. Dagens medisin 23.1.2023. <https://www.dagensmedisin.no/jobb-og-utdanning-psykisk-helse/voldsom-okning-i-pagang-til-modum-bad-fra-utbrente-leger/510495> Lest 13.4.2024.
5. Horne IMT, Veggeland F, Bååthe F et al. Why do doctors seek peer support? A qualitative interview study. *BMJ Open* 2021; 11: e048732. [PubMed][CrossRef]
6. Isaksson Rø KE, Gude T, Tyssen R et al. Counselling for burnout in Norwegian doctors: one year cohort study. *BMJ* 2008; 337: a2004. [PubMed][CrossRef]
7. Færden A. Kan ikke velge terapeut selv. *Magasinet psykisk helse*. Publisert 8.1.2024. Oppdatert 5.2.2024. <https://psykiskhelse.no/magasinet/kan-ikke-velge-terapeut-selv/> Lest 13.4.2024.
8. Rosta J, Tellnes G, Aasland OG. Differences in sickness absence between self-employed and employed doctors: a cross-sectional study on national sample of Norwegian doctors in 2010. *BMC Health Serv Res* 2014; 14: 199. [PubMed][CrossRef]
9. Davidson SK, Schattner PL. Doctors' health-seeking behaviour: a questionnaire survey. *Med J Aust* 2003; 179: 302–5. [PubMed][CrossRef]
10. Horne IMT, Veggeland F, Bååthe F et al. Understanding peer support: a qualitative interview study of doctors one year after seeking support. *BMC Health Serv Res* 2023; 23: 324. [PubMed][CrossRef]

---

Publisert: 13. mai 2024. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.24.0210  
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 2. juli 2026.