

---

## Selv mord blant eldre i Norge

---

FRA ANDRE TIDSSKRIFTER

ANNA TORP JOHANSEN

[a.t.johansen@ous-research.no](mailto:a.t.johansen@ous-research.no)

Anna Torp Johansen er lege og stipendiat ved Universitetet i Oslo, Alderspsykiatrisk seksjon ved Oslo universitetssykehus og Nasjonalt senter for aldring og helse.

ERLEND HEM

Erlend Hem er instituttsjef ved Legeforskningsinstituttet, professor ved Universitetet i Oslo og medveileder for doktorgradsprosjektet.

CECILIE BHANDARI HARTBERG

Cecilie Bhandari Hartberg er spesialist i psykiatri, leder av Nasjonal koordineringsenhet for dom til tvungent psykisk helsevern og hovedveileder for doktorgradsprosjektet.

---

**Boforhold, urbaniseringsgrad og inntektskilder er betydelige risikofaktorer for selvmord blant eldre, ifølge den første registerbaserte studien om denne aldersgruppen i Norge.**



Illustrasjonsfoto: Frank Hoermann / SVEN SIMON / NTB

Selvmondsratene blant eldre voksne, inkludert eldre leger i Norge [\(1\)](#), er bekymringsfullt høye. Til tross for dette er risikofaktorene for selvmord blant eldre lite utforsket.

I denne studien benyttet vi data fra norske nasjonale registre for å identifisere grupper av personer i alderen 60 år og eldre som døde i selvmord mellom 2005 og 2019 ( $n = 2\ 060$ , 71 % menn) [\(2\)](#). Vi anvendte et kasus-kontroll-design for å undersøke forholdet mellom selvmord og sosiodemografiske faktorer, ved hjelp av deskriptive analyser og betingede multivariate logistiske regresjonsanalyser, stratifisert etter kjønn og alderskategorier.

---

## Risikofaktorer

Studien identifiserte flere sentrale faktorer assosiert med risiko for selvmord blant eldre. Å bo alene var knyttet til en signifikant økning i selvmordsrisikoen, spesielt blant menn i alle aldersgrupper. I alderen 60–69 var oddsratio (OR) for menn 2,5, i alderen 70–79 var tallet 1,8, og for menn over 80 år var tallet 2,2. For kvinner i alderen 60–69 var det også høyere risiko for dem som bodde alene (OR = 2,5).

I tillegg var det for kvinner i alderen 60–69 år en sammenheng mellom å bo i urbane områder og høyere risiko for selvmord (OR = 1,9), mens kvinner over 80 år hadde en redusert risiko når de bodde i rurale områder (OR = 0,05). Dette kan indikere at de sosiale og miljømessige forholdene i byområder kan bidra til økt isolasjon og stress. På den annen side fremsto det å ha barn og barnebarn som beskyttende faktorer, spesielt blant menn i alderen 60–69 år, der det ble observert en lavere risikoprofil for dem med barn (OR = 0,6) og barnebarn (OR = 0,7).

*«Eldre mennesker som bor alene, spesielt menn, ser ut til å befinne seg i en særlig sårbar situasjon, noe som krever tiltak for å styrke nettverk og fremme fellesskap»*

Høy inntekt var en beskyttende faktor både for menn (OR = 0,5) og kvinner (OR = 0,5) i alderen 60–69 år. Mottak av uførepensjon var en sterk risikofaktor for både menn og kvinner i samme aldersgruppe (OR = 2,8 for menn og 7,7 for kvinner), noe som tyder på at helsemessige utfordringer og økonomisk usikkerhet spiller en avgjørende rolle. Å ha blandede inntektskilder (OR = 1,8 for menn og 3,7 for kvinner) økte også risikoen, noe som kan reflektere usikkerhet i overgangsfaser mellom arbeid og pensjon, eller overgangen fra arbeid til uførepensjon. Inntektskilde som risikofaktor bør undersøkes nærmere i relasjon til psykiske og fysiske helseplager, ettersom uføretrygd er en indikator på underliggende sykdom.

**Har du behov for å snakke med noen etter å ha lest denne saken?**

Dersom det er akutt selvmordsfare, ring 113. Ring legevakt på tlf. 116117 for øyeblikkelig hjelp. Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging har en nettside der du finner en oversikt, tilpasset dine behov, over hvor du kan ringe hvis situasjonen er mindre akutt: [Nssfinfo.no](http://Nssfinfo.no). På din kommunes nettsider kan du se hvilke andre lavterskeltilbud som er tilgjengelige der du bor.

---

## Hva betyr resultatene?

Funnene i denne studien tyder på at levekår og sosial støtte bør inkluderes i utviklingen av effektive forebyggingsstrategier. Eldre mennesker som bor alene, spesielt menn, ser ut til å befinne seg i en særlig sårbar situasjon, noe som krever tiltak for å styrke nettverk og fremme fellesskap.

Fremtidig forskning bør utforske spesifikke risikoelementer knyttet til selvmord blant eldre, inkludert fysiske og psykiske helseproblemer, bruk av helsetjenester og betydningen av det sosiale klimaet i både urbane og rurale områder.

Utvikling av samfunnsbaserte tiltak som fremmer sosial tilknytning, reduserer ensomhet og gir støtte til sårbare grupper, kan være viktig for å sikre at eldre har tilgang til nødvendige ressurser. Dette kan samtidig fremme livskvalitet og psykisk helse.

---

*Prosjektet er et samarbeid mellom Nasjonalt senter for aldring og helse, Oslo universitetssykehus, Folkehelseinstituttet og Universitetet i Oslo.*

---

## LITTERATUR

1. Dalum HS, Hem E, Ekeberg Ø et al. Suicide rates among health-care professionals in Norway 1980-2021. *J Affect Disord* 2024; 355: 399–405. [PubMed][CrossRef]
2. Johansen AT, Bélanger SM, Reneflot A et al. Suicide and sociodemographic factors among older adults in norway: a register-based study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 2025 doi: 10.1007/s00127-025-03007-x. [PubMed][CrossRef]

---

Publisert: 15. desember 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0606  
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 3. juli 2026.