

---

## Plastbruk til besvær

---

### DEBATT

#### ELISABETH TRAN

Elisabeth Tran er lege i spesialisering i geriatri ved Drammen sykehus. Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

#### MATILLA FÆREVÅG BERGER

Matilla Færevåg Berger er lege ved Skadepoliklinikken Bergen, Haukeland universitetssjukehus. Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

#### ELLEN RYGH

ryghellen@gmail.com

Ellen Rygh er spesialist i samfunnsmedisin og nå pensjonist. Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

---

## Helsevesenet er avhengig av plast. Store miljømessige og økonomiske gevinster kan oppnås ved å innføre nasjonale målkrav for hele helsetjenesten.

Verdens plastproduksjon har økt eksponentielt. En økende mengde dokumentasjon indikerer at plast utgjør en fare for folkehelse og miljø [\(1\)](#). Plast er laget av fossile produkter som er tilsatt kjemikalier, hvor mange er kjente karsinogener, nevrotoksiner og hormonhermere som ftalater og bisfenoler [\(1, 2\)](#). Forskningen på kausalitet mellom mikro- og nanoplast og helserisiko er beheftet med metodiske svakheter, hvilket ble omtalt i en nylig publisert kronikk i Tidsskriftet [\(3\)](#). Vi er enige om at helseeffektene av mikroplast er usikre. Dagens kunnskap tilsier likevel at vi bør være føre var og begrense unødvendig plastbruk i helsesektoren.

**«Dagens kunnskap tilsier likevel at vi bør være føre var og begrense unødvendig plastbruk i helsesektoren»**

---

## Helseskadelige helsetjenester

Innføring av plastprodukter har betydd mye for helsesektorens fremgang og effektivitet. Gradvis har vi blitt avhengig av plastprodukter i operasjonsutstyr, hygieneartikler, personlig beskyttelsesutstyr og emballasje. De er gjerne billige, lett tilgjengelige og blir brukt og kastet i store kvanta. Helsesektorens plastforbruk utgjorde 5 % av det globale plastavfallet i 2020 (2). Plastoverforbruket medfører betydelige klimagassutslipp, som igjen går ut over folkehelsen (4).

Det brukes enorme summer på unødvendig plast i helsevesenet, selv om mange løsninger for plastreduksjon allerede eksisterer (5). Prosjektet Plastsamt sykehus ble gjennomført på Oslo universitetssykehus i 2023 (5). Det viste at plastavfall utgjorde 60 % av restavfallet og at 40 % av restavfallet kunne blitt gjenvunnet. Videre fant man at 11 % av brukte engangsartikler som pinsetter, peanger, pussbekken og urinflasker kunne vært endret til flergangsversjoner. Å bytte fra engangsvarmejakker til flerbruksjakker kunne spart norske sykehus for rundt 20 % av kostnadene og 100 tonn plastavfall per år. Innkjøpsprisen og kostnader tilknyttet vask ville blitt høyere, men tiltaket blir regnet som besparende på sikt (6).

**«Det brukes enorme summer på unødvendig plast i helsevesenet, selv om mange løsninger for plastreduksjon allerede eksisterer»**

Det er estimert at 70–175 millioner hansker blir brukt unødvendig i Norge hvert år (7). Feilbruk av hansker kan medføre dårligere håndhygiene og dermed spredning av helsetjenesteassosierte infeksjoner (7). I et annet prosjekt ble hanskebruken redusert med 30 % på syv måneder. Blant tiltakene ble en ny type hanskedispenser introdusert, hvor ikke mange hansker falt ut på en gang (8). Verktøyet Tiltaksbanken Grønt sykehus gir flere forslag til en mer bærekraftig drift (9). Mange er overførbare til alle typer helsetjenester.

Endringer skjer allerede i flere land. På et sykehus i London førte kampanjen The gloves are off til at 21 tonn restavfall tilsvarende 1,3 millioner norske kroner ble spart på ett år (5). På sykehus i Sveits og England resulterte bytte fra engangs- til flergangsartikler under matservering i at det ble spart opptil 1 million norske kroner (5). Dersom tilstrekkelige tiltak gjennomføres i Europa og Nord-Amerika, vil helsesektoren sammenlagt kunne kutte plastbruken med 53 %, redusere klimagassutslipp med 55 % og spare 18 milliarder dollar årlig innen 2040 (2).

---

## Anbefalinger er ikke nok

Mange lokale initiativ er iverksatt, men vi mangler en nasjonal plan med konkrete målkrav for hele helsetjenesten, både offentlig og privat. Helsedirektoratets veikart for helsetjenesten omtaler plastreduksjon og økt gjenvinning, men dette er kun rådgivende anbefalinger (10). Regulering og insentiver på politisk nivå er nødvendig. Norge har vært et pådriverland i FN for å vedta en global plastavtale, men hittil uten å lykkes (11).

## «Mange lokale initiativ er iverksatt, men vi mangler en nasjonal plan med konkrete målkrav for helehelsetjenesten»

Helsekonsekvensene av plast er ikke fullt ut kartlagt. Men én ting er sikkert: De miljømessige og økonomiske gevinstene av redusert plastforbruk i helsesektoren er udiskutable. Norges helsemyndigheter og helsevesen må ta dette på alvor. Plastoverforbruket i helsevesenet bør bli en viktig del av både en nasjonal plan for helsetjenestene og forhåpentligvis en kommende global plastavtale.

---

*Alle tre forfatterne er medlemmer av Legenes klimaaksjon. Legenes klimaaksjon er et partipolitisk uavhengig nettverk av helsepersonell og helsefagstudenter som vil hindre massiv helseskade fra menneskeskapt global oppvarming og ødeleggelse av natur. Se [legenesklimaaksjon.no](https://legenesklimaaksjon.no)*

---

### LITTERATUR

1. Landrigan PJ, Dunlop S, Treskova M et al. The Lancet Countdown on health and plastics. Lancet 2025; 406: 1044–62. [PubMed][CrossRef]
2. Healthcare Without Harm. A Prescription for Change: Rethinking plastics use in healthcare to reduce waste, greenhouse gas emissions and costs. <https://eunomia.eco/reports/a-prescription-for-change/> Lest 21.3.2026.
3. Dirven H, Granum B, Andreassen M et al. Stor oppmerksomhet rundt små plastpartikler. Tidsskr Nor Legeforen 2026; 146. doi: 10.4045/tidsskr.25.0786. [PubMed][CrossRef]
4. Landrigan PJ, Raps H, Cropper M et al. The Minderoo-Monaco Commission on Plastics and Human Health. Ann Glob Health 2023; 89: 23. [PubMed][CrossRef]
5. Mepex. Plastsmart sykehus. <https://mepex.no/prosjekter/plastsmart-sykehus/> Lest 10.5.2026.
6. Plataniti L, Askham C. Life Cycle Sustainability Assessment (LCSA) of disposable and reusable warm jackets at Oslo University Hospital. Norwegian Institute for Sustainability Research, 2024. [https://norsus.no/wp-content/uploads/OR-26.24\\_OUS-Warm-Jackets\\_Final.pdf](https://norsus.no/wp-content/uploads/OR-26.24_OUS-Warm-Jackets_Final.pdf) Lest 21.3.2026.
7. Lindstad CB, Myrbakk T, Fagernes M et al. Bærekraftig smittevern – av med hansen. Tidsskr Nor Legeforen 2024; 144. doi: 10.4045/tidsskr.24.0343. [PubMed][CrossRef]
8. Helse Sør-Øst. Slik kan du redusere unødvendig bruk av engangshansker! <https://www.helse-sorost.no/4ad5dd/contentassets/751fab96ab1144b582acd36d70022054/veileder-reducere-unodvendig-hanskebruk.pdf> Lest 21.3.2026.
9. Helse Sør-Øst RHF. Redusere unødvendig forbruk i sykehusdrift - Tiltaksbanken Grønt sykehus. <https://www.helse->

sorost.no/490867/contentassets/751fab96ab1144b582acd36d70022054/tiltaksbanken-gront-sykehus.pdf Lest 26.4.2026.

10. Helsedirektoratet. Veikart mot en bærekraftig, lavutslipps og klimatilpasset helse- og omsorgstjeneste kapittel 7.4. <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/veikart-mot-en-baerekraftig-lavutslipps-og-klimatilpasset-helse-og-omsorgstjeneste/tiltak-for-a-redusere-klimagassutslipp/sirkulaerokonomi-og-avfall> Lest 10.5.2026.

11. Klima- og miljødepartementet. Ingen plastavtale nå.  
<https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/ingen-plastavtale-na/id3116009/> Lest 21.3.2026.

---

Publisert: 26. mai 2026. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.26.0189  
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 20. august 2026.