

---

## Vitenskap gir bedre helse

---

AKTUELT I FORENINGEN

CAMILLA STOLTENBERG

Direktør, Folkehelseinstituttet

Oslo



---

Vitenskapelig basert kunnskap er vesentlig for bedre helse og livskvalitet, og mindre ulikhet. Kunnskap er ikke det eneste vi trenger, men den er viktig. Sannheten er at vi vet for lite om hva som virker når vi for eksempel skal forebygge fedme eller depresjon.

Folkehelseiltak som skal fremme helse eller forebygge sykdom innføres ofte uten at det er krav til evidens for om de virker eller er trygge. Det er heller ikke tilstrekkelig klare krav til hvordan man skal finne det ut, hvis man ikke vet det på forhånd. Legemiddelforskningen drives frem blant annet av sterke kommersielle krefter og statens behov for prioritering. Men behovet for å velge tiltak som virker og utnytter ressursene godt, er minst like stort når det gjelder forebygging. Problemet er at det kan ta tid, og at vi ikke har utviklet gode systemer for å få kunnskapen som trengs. Ambisjonene om å utvikle et kunnskapssamfunn, som jeg tror det er tverrpolitisk enighet om, må Folkehelseinstituttet og andre kunnskapsorganisasjoner bidra til å oppfylle. Vi må ha mer, bedre og raskere kunnskap som når helt frem til de som skal bruke den. Folkehelsearbeidet handler om å legge til rette for at det skal være enkelt – gjerne så enkelt at man ikke merker det - å leve liv som gir god helse.

Enten vi er friske eller syke, lever vi alle i usikkerhet om når vi skal dø. Jeg tror vi har viet for lite oppmerksomhet til det å velge ikke å bli behandlet. Det gjelder både ved alvorlig og mindre alvorlig sykdom. Jeg tror vi har for lite kunnskap om når det kan være det beste valget - og jeg vet at vi har for lite kunnskap om hvordan vi skal unngå å bli syke.

Se videointervju her: [legeforeningen.no/derfor](https://legeforeningen.no/derfor)

---

Publisert: 12. desember 2017. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 23. juni 2026.