
Legfolk kan gi psykiatrisk hjelp

DEBATT

AUDUN IRGENS

audun.irgens@sshf.no

Audun Irgens er ph.d., spesialist i psykiatri og overlege ved DPS Østre Agder, Klinikk for psykisk helse – psykiatri og avhengighetsbehandling, Sørlandet sykehus Arendal.

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

ANNE UDAL

Anne Udal er ph.d., spesialist i psykiatri og overlege ved DPS Østre Agder, Klinikk for psykisk helse – psykiatri og avhengighetsbehandling, Sørlandet sykehus Arendal, og i Alderspsykiatrisk avdeling, NKS Grefsenlia.

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

Det mangler psykiatriske fagressurser i store deler av verden. Å lære opp legfolk til å gi behandling kan bidra til at flere får hjelp.

På verdensbasis bidrar psykiske sykdommer til mer uførhet enn noen annen sykdomskategori [\(1\)](#). Det er et gap mellom behov og tilgjengelige psykiatriske fagressurser i store deler av verden. Verdens helseorganisasjon (WHO) anslo i 2011 at 76–85 % av psykiatriske pasienter i lavinntektsland ikke får behandling [\(2\)](#). Det er stor mangel på utdannet helsepersonell i den delen av verden [\(3\)](#).

I en leder i Tidsskriftet nr. 17/2021 skrev Martine Rostadmo: «Verden er urettferdig. I rapporten fra 2019 problematiseres det at forskning og utvikling stort sett bare foregår i høyninntektsland, og ikke er rettet mot behovene i lavinntektsland.» [\(4\)](#)

En av forfatterne av denne artikkelen deltok i en metastudie som er den første som har sett på effekten av psykiatrisk behandling gitt av kun legfolk. Studien ble publisert i Bulletin of the World Health Organization sommeren 2021 [\(5\)](#).

Hovedfunnet fra 20 studier med 5 612 deltakere var at legfolk kan gi virksom behandling av angstlidelser, posttraumatisk stress, depresjon og alkoholmisbruk i land med lavt og middels inntektsnivå. I de seks studiene som viste best effekt, fikk legfolkterapeutene 2–10 dagers opplæring (tre studier: to dager / to studier: én uke / én studie: ti dager). I fem av disse studiene ble det gitt veiledning under behandlingen.

**«Legfolk kan gi virksom behandling av angstlidelser,
posttraumatisk stress, depresjon og alkoholmisbruk»**

Psykiatrisk behandling gitt av legfolk som har fått opplæring og veiledning, kan altså være et viktig bidrag til at langt flere mennesker i lavinntektsland kan få virksom psykiatrisk helsehjelp. Det vil være betydelig mindre ressurskrevende og tidkrevende enn å utdanne nok fagfolk. Vi håper derfor at resultatene fra studien vil bli sett og brukt av nasjonale helsemyndigheter i mange land samt av norske bistandsmyndigheter.

REFERENCES

1. Vigo D, Thornicroft G, Atun R. Estimating the true global burden of mental illness. *Lancet Psychiatry* 2016; 3: 171–8. [PubMed][CrossRef]
2. Verdens helseorganisasjon. Report of the high-level preparatory (HLP) meeting for the sixty-fifth session of the WHO-SEA Regional Committee. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/206252> Lest 1.3.2022.
3. Verdens helseorganisasjon. Health workforce requirements for universal health coverage and the sustainable development goals (Human Resources for Health Observer, 17). <https://apps.who.int/iris/handle/10665/250330> Lest 1.3.2022.
4. Rostadmo M. Alle vet at pesten kommer. *Tidsskr Nor Legeforen* 2021; 141. doi: 10.4045/tidsskr.21.0796. [PubMed][CrossRef]
5. Connolly SM, Vanchu-Orosco M, Warner J et al. Mental health interventions by lay counsellors: a systematic review and meta-analysis. *Bull World Health Organ* 2021; 99: 572–82. [PubMed][CrossRef]

Publisert: 22. mars 2022. *Tidsskr Nor Legeforen*. DOI: 10.4045/tidsskr.22.0135

Mottatt 16.2.2022, godkjent 1.3.2022.

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 2. juli 2026.