
Krig kan føre til dårlig mental helse

FRA ANDRE TIDSSKRIFTER

AMANDA HYLLAND SPJELDNÆS

Universitetet i Oslo

Flyktninger som har opplevd krig, har høy forekomst av psykisk sykdom, viser stor metaanalyse.



Folk krysser en ødelagt bro under evakueringen av Irpin, nordvest for Kyiv, i bomberegner 5. mars 2022. Illustrasjonsfoto: Aris Messinis, AFP/NTB

Hvordan påvirker kriger og militære konflikter flyktningers mentale helse? En nylig publisert systematisk oversiktsartikkel og metaanalyse [\(1\)](#) omfattet 34 studier med til sammen flere enn 15 500 voksne flyktninger som hadde opplevd krig før de flyktet, enten til et annet land eller til et annet område i sitt hjemland. Flyktingenes mentale helse ble vurdert gjennom psykiatriske intervjuer.

Samlet var forekomsten av posttraumatisk stresslidelse, alvorlig depresjon og generalisert angst henholdsvis 31 % (95 % KI 23 til 40), 25 % (95 % KI 17 til 34) og 14 % (95 % KI 5 til 35). Tallene var enda høyere blant kvinner og unge flyktninger.

Psykisk sykdom var også assosiert med høy voldsintensitet i hjemlandet, flukt fra lavinntekts- og mellominntektsland og at det var kort tid etter flukten.

– De fleste som har opplevd traumer fra krig, utvikler heldigvis ikke psykisk sykdom, sier Esperanza Diaz, som er spesialist i allmennmedisin, professor ved Institutt for global helse og samfunnsmedisin og leder av Pandemisenteret ved Universitetet i Bergen.

– Denne studien har metodologiske svakheter som følge av rekrutteringsvansker og lave svarprosjenter, noe som er typisk for populasjoner i bevegelse. Papirløse migranter er heller ikke tatt med, sier hun.

– Resultatene i studiene er sprikende hva gjelder forekomsten av de aktuelle sykdommene. Prevalenstillene er usikre og prediksjonsintervallene svært brede. Mesteparten av denne usikkerheten kan ikke forklares med variablene, sier Diaz.

– Helsevesenet i Norge må være forberedt på å identifisere og håndtere mulig utvikling av psykisk sykdom blant mennesker som har vært utsatt for krig og traumatiske hendelser. Tidlig tilrettelegging av bolig, arbeid, skoletilgang og integrering i det norske samfunnet er den beste forebyggende medisinen mot krigers langsiktige effekter på folks mentale helse, sier Diaz.

REFERENCES

1. Mesa-Vieira C, Haas AD, Buitrago-Garcia D et al. Mental health of migrants with pre-migration exposure to armed conflict: a systematic review and meta-analysis. *Lancet Public Health* 2022; 7: e469–81. [PubMed][CrossRef]

Publisert: 6. juli 2022. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.22.0398
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 15. juli 2026.