

---

## Menn må også tisse

---

RAGNHILD ØRSTAVIK

[ragnhild.orstavik@tidsskriftet.no](mailto:ragnhild.orstavik@tidsskriftet.no)

Ragnhild Ørstavik er assisterende sjefredaktør i Tidsskriftet. Hun er dr.med. og har en bistilling som seniorforsker ved Folkehelseinstituttet.

---

**Samtalene om hvordan vi har det på jobb, må inkludere alle.**



Foto: Einar Nilsen

«Hva gjør jeg hvis stanscallingen piper mens jeg er på do?» Hun hadde ikke sagt noe så langt, hun nederst i hjørnet, men nå spurte hun om det vi alle lurte på. Vi var 12 turnuskandidater på vår første arbeidsdag ved et mellomstort

sykehus i Midt-Norge, tidlig på 1990-tallet. Vi var spente og litt redde – i hvert fall var jeg det.

Jeg husker ikke hva vi fikk til svar. Men jeg håper at ingen rådet oss til å unngå problemstillingen ved å la være å drikke. For blant alle historiene i sommer om hvordan unge leger har det på jobb, var kanskje en av de sterkeste den om hun som innførte selvpålagt dehydrering [\(1\)](#). Saken er en del av aksjonen #legermåleve, som oppstod i sosiale medier i kjølvannet av at en ung kollega døde i selvmord i juni.

Allerede for et år siden fikk en LIS-lege som etterlyste bedre arbeidsforhold, stor oppmerksomhet i media og rekordmange lesere i Tidsskriftet [\(2\)](#), og i vinter meldte ortopedene på Akershus universitetssykehus om kollegaer som heller ville utsettes for en trafikkulykke enn å møte på jobb [\(3\)](#). Nå forteller unge leger over hele landet om vanskelige arbeidsforhold og ber om forståelse for at også vår yrkesgruppe skal ha mulighet til å kombinere yrkesliv med familie og fritid.

### **«Unge leger ber om forståelse for at også vår yrkesgruppe skal ha mulighet til å kombinere yrkesliv med familie og fritid»**

Bildet er ikke unikt for Norge: I USA er utslitte leger blitt omtalt som en nasjonal helsekrise [\(4\)](#). I Storbritannia har yngre leger streiket regelmessig gjennom hele vårsemesteret, og de varsler nye streiker. Kravet er riktignok høyere lønn, men undersøkelser viser at lønnsnivået egentlig kommer langt etter andre forhold som fører til mistrivsel: Høy arbeidsbelastning, underbemanning og mangel på veiledning er viktigere [\(5\)](#). Legene mener at stressnivået er årsaken til en rekke helseplager, inklusive panikkangst, migrene og hårtap, og mange ønsker å forlate det offentlige helsevesenet [\(6, 7\)](#).

I Norge har de aller fleste historiene hittil kommet fra kvinnelige leger. Mange ble først delt i nettforum forbeholdt kvinnelige leger, og sånn sett kan #legermåleve-aksjonen minne litt om #metoo-kampanjen. Også den gangen startet samtalen i lukkede nettverk der kvinner snakket med kvinner, før sakene ble spredt til åpnere kanaler og andre medier. Seksuell trakassering rammer i hovedsak kvinner, men de aller fleste forhold rundt arbeidsmiljø er aktuelle for alle kjønn. I en lukket Facebook-gruppe for kvinnelige leger i Norge har jeg selv lenge lest om fortvilede kolleger som etterlyser muligheten til å kombinere yrkesliv med familieforpliktelser, og om usikkerhet, angst og anger på yrkesvalg. Noen har bedt om råd fra gruppa – og fått det. Gode råd, så vidt jeg har kunnet bedømme, men altså uten mulighet til å høre fra de knapt 50 % av legene i Norge som er menn.

### **«Behovet for et levelig arbeidsliv bør ikke bli en 'kvinnegreie'»**

Behovet for et levelig arbeidsliv bør ikke bli en «kvinnegreie». Data fra USA kan riktignok tyde på at utbrenthet er mer vanlig blant kvinnelige leger, og at kjønnsforskjellen kanskje kan forklares ved at arbeidet i liten grad lar seg forene med familieliv [\(8\)](#). Også i en nylig utført arbeidsmiljøundersøkelse blant danske leger oppga litt flere kvinner enn menn (24 % versus 18 %) høy eller

meget høy grad av arbeidsrelatert stress (9). Samtidig viser en norsk studie blant leger at både kvinner og menn mener at en god balanse mellom jobb og privatliv, lave nivåer av jobbstress og god kollegial støtte er viktig for å ha det bra på jobb (10). Utilbørlig jobbstress er heller ikke begrenset til yngre leger: I den danske undersøkelsen var det minst like vanlig med arbeidsbetinget stress hos overleger som hos leger i spesialisering (11).

I høst begynner en ny gruppe forventningsfulle studenter på medisinstudiet. Om seks år skal disse ut i arbeid. Grunnutdanningen gir mange muligheter, og ikke alle trenger å velge pasientrettet arbeid. Men mange må det, dersom Helsepersonellkommisjonens visjoner skal realiseres og det offentlige helsevesenet overleve (12). Også av den grunn må noe gjøres med arbeidsbelastningen og arbeidsmiljøet for leger.

Samtalen har begynt. Fremover er det viktig at den inkluderer alle.

---

## REFERENCES

1. Blindheim S, Zerener A, Sørøy A et al. Norske leger jobber seg i hjel: – Jeg har fått kronisk skade på grunn av dette systemet. *Psykologisk.no* 29.6.2023. <https://psykologisk.no/2023/06/norske-leger-jobber-seg-i-hjel-jeg-holdt-pa-a-do> Lest 28.7.2023.
2. Schei V. En turnusleges bønn om bedre arbeidsvilkår. *Tidsskr Nor Legeforen* 2022; 142. doi: 10.4045/tidsskr.22.02693. [CrossRef]
3. Leger gråter på jobb og håper på omgangssyke for å slippe vakter. NRK 21.2.2023. [https://www.nrk.no/osloogviken/ahus-leger-jobber-sa-mye-at-de-blir-utslitt\\_-\\_en-lege-haper-pa-bilulykke-for-a-slippe-nattevakt-1.16280131](https://www.nrk.no/osloogviken/ahus-leger-jobber-sa-mye-at-de-blir-utslitt_-_en-lege-haper-pa-bilulykke-for-a-slippe-nattevakt-1.16280131) Lest 28.7.2023.
4. Paredes AZ, Cochran A. Career Satisfaction and Burnout in Surgery-The Complex Interplay of Self-care, Work Life, and Home Life. *JAMA Surg* 2020; 155: 750–1. [PubMed][CrossRef]
5. 'Harrowing' work pressure giving NHS junior doctors panic attacks, study finds. *The Guardian* 14.3.2023. <https://www.theguardian.com/society/2023/mar/14/harrowing-work-pressure-giving-nhs-junior-doctors-panic-attacks-study-finds> Lest 28.7.2023.
6. Ali F. Without junior doctors, there is no NHS. *BMJ* 2023; 382: 1536. [PubMed][CrossRef]
7. A perfect storm of poor conditions and pay. *British Medical Association* 2.4.2023. <https://www.bma.org.uk/news-and-opinion/a-perfect-storm-of-poor-conditions-and-pay> Lest 28.7.2023.
8. Yeluru H, Newton HL, Kapoor R. Physician Burnout Through the Female Lens: A Silent Crisis. *Front Public Health* 2022; 10: 880061. [PubMed][CrossRef]

9. Yngre Læger. Arbejdsmiljøundersøgelse 2023. Arbejdsrelateret stress og travlhed blandt yngre læger.  
[https://laeger.dk/media/holj5ups/arbejdsmiljoe-yl-2023\\_stress-travlhed.pdf](https://laeger.dk/media/holj5ups/arbejdsmiljoe-yl-2023_stress-travlhed.pdf) Lest 28.7.2023.
  10. Mahmood JI, Grotmol KS, Tesli M et al. Life satisfaction in Norwegian medical doctors: a 15-year longitudinal study of work-related predictors. *BMC Health Serv Res* 2019; 19: 729. [PubMed][CrossRef]
  11. Schultz H. Ingen må blive syg af at gå på arbejde. *Ugeskr Læger* 2023; 185: 1009.
  12. NOU 2023:4. Tid for handling. Personellet i en bærekraftig helse- og omsorgstjeneste.  
<https://www.regjeringen.no/contentassets/337fef958f2148bebd326f0749a1213d/no/pdfs/nou20232023000400oddpdfs.pdf> Lest 28.7.2023.
- 

Publisert: 3. august 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.0490  
© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 25. juni 2026.