
Selv mord blant eldre i Norge

FRA ANDRE TIDSSKRIFTER

ANNA TORP JOHANSEN

a.t.johansen@ous-research.no

Anna Torp Johansen er lege og stipendiat ved Universitetet i Oslo, Alderspsykiatrisk seksjon ved Oslo universitetssykehus og Nasjonalt senter for aldring og helse.

ERLEND HEM

Erlend Hem er instituttsjef ved Legeforskningsinstituttet, professor ved Universitetet i Oslo og medveileder for doktorgradsprosjektet.

CECILIE BHANDARI HARTBERG

Cecilie Bhandari Hartberg er spesialist i psykiatri, leder av Nasjonal koordineringsenhet for dom til tvungent psykisk helsevern og hovedveileder for doktorgradsprosjektet.

Boforhold, urbaniseringsgrad og inntektskilder er betydelige risikofaktorer for selvmord blant eldre, ifølge den første registerbaserte studien om denne aldersgruppen i Norge.



Illustrasjonsfoto: Frank Hoermann / SVEN SIMON / NTB

Selvmondsratene blant eldre voksne, inkludert eldre leger i Norge [\(1\)](#), er bekymringsfullt høye. Til tross for dette er risikofaktorene for selvmord blant eldre lite utforsket.

I denne studien benyttet vi data fra norske nasjonale registre for å identifisere grupper av personer i alderen 60 år og eldre som døde i selvmord mellom 2005 og 2019 ($n = 2\ 060$, 71 % menn) [\(2\)](#). Vi anvendte et kasus-kontroll-design for å undersøke forholdet mellom selvmord og sosiodemografiske faktorer, ved hjelp av deskriptive analyser og betingede multivariate logistiske regresjonsanalyser, stratifisert etter kjønn og alderskategorier.

Risikofaktorer

Studien identifiserte flere sentrale faktorer assosiert med risiko for selvmord blant eldre. Å bo alene var knyttet til en signifikant økning i selvmordsrisikoen, spesielt blant menn i alle aldersgrupper. I alderen 60–69 var oddsratio (OR) for menn 2,5, i alderen 70–79 var tallet 1,8, og for menn over 80 år var tallet 2,2. For kvinner i alderen 60–69 var det også høyere risiko for dem som bodde alene (OR = 2,5).

I tillegg var det for kvinner i alderen 60–69 år en sammenheng mellom å bo i urbane områder og høyere risiko for selvmord (OR = 1,9), mens kvinner over 80 år hadde en redusert risiko når de bodde i rurale områder (OR = 0,05). Dette kan indikere at de sosiale og miljømessige forholdene i byområder kan bidra til økt isolasjon og stress. På den annen side fremsto det å ha barn og barnebarn som beskyttende faktorer, spesielt blant menn i alderen 60–69 år, der det ble observert en lavere risikoprofil for dem med barn (OR = 0,6) og barnebarn (OR = 0,7).

«Eldre mennesker som bor alene, spesielt menn, ser ut til å befinne seg i en særlig sårbar situasjon, noe som krever tiltak for å styrke nettverk og fremme fellesskap»

Høy inntekt var en beskyttende faktor både for menn (OR = 0,5) og kvinner (OR = 0,5) i alderen 60–69 år. Mottak av uførepensjon var en sterk risikofaktor for både menn og kvinner i samme aldersgruppe (OR = 2,8 for menn og 7,7 for kvinner), noe som tyder på at helsemessige utfordringer og økonomisk usikkerhet spiller en avgjørende rolle. Å ha blandede inntektskilder (OR = 1,8 for menn og 3,7 for kvinner) økte også risikoen, noe som kan reflektere usikkerhet i overgangsfaser mellom arbeid og pensjon, eller overgangen fra arbeid til uførepensjon. Inntektskilde som risikofaktor bør undersøkes nærmere i relasjon til psykiske og fysiske helseplager, ettersom uføretrygd er en indikator på underliggende sykdom.

Har du behov for å snakke med noen etter å ha lest denne saken?

Dersom det er akutt selvmordsfare, ring 113. Ring legevakt på tlf. 116117 for øyeblikkelig hjelp. Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging har en nettside der du finner en oversikt, tilpasset dine behov, over hvor du kan ringe hvis situasjonen er mindre akutt: Nssfinfo.no. På din kommunes nettsider kan du se hvilke andre lavterskeltilbud som er tilgjengelige der du bor.

Hva betyr resultatene?

Funnene i denne studien tyder på at levekår og sosial støtte bør inkluderes i utviklingen av effektive forebyggingsstrategier. Eldre mennesker som bor alene, spesielt menn, ser ut til å befinne seg i en særlig sårbar situasjon, noe som krever tiltak for å styrke nettverk og fremme fellesskap.

Fremtidig forskning bør utforske spesifikke risikoelementer knyttet til selvmord blant eldre, inkludert fysiske og psykiske helseproblemer, bruk av helsetjenester og betydningen av det sosiale klimaet i både urbane og rurale områder.

Utvikling av samfunnsbaserte tiltak som fremmer sosial tilknytning, reduserer ensomhet og gir støtte til sårbare grupper, kan være viktig for å sikre at eldre har tilgang til nødvendige ressurser. Dette kan samtidig fremme livskvalitet og psykisk helse.

Prosjektet er et samarbeid mellom Nasjonalt senter for aldring og helse, Oslo universitetssykehus, Folkehelseinstituttet og Universitetet i Oslo.

LITTERATUR

1. Dalum HS, Hem E, Ekeberg Ø et al. Suicide rates among health-care professionals in Norway 1980-2021. *J Affect Disord* 2024; 355: 399–405. [PubMed][CrossRef]
2. Johansen AT, Bélanger SM, Reneflot A et al. Suicide and sociodemographic factors among older adults in norway: a register-based study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 2025 doi: 10.1007/s00127-025-03007-x. [PubMed][CrossRef]

Publisert: 15. desember 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0606
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.