
Har ungdommer dårligere psykisk helse enn før?

LEDER

PÅL SURÉN

pal.suren@fhi.no

Pål Surén er lege og spesialist i barnesykdommer, har en ph.d.-grad i epidemiologi og er forsker.

Flere tenåringsjenter får behandling for psykiske lidelser. Vi vet ikke om dette skyldes en reell økning i forekomst, og vi kjenner heller ikke eventuelle årsaker.

Folkehelseinstituttet publiserte tidligere i år en rapport om psykiske lidelser i Norge [\(1\)](#). Et funn som vekket oppmerksomhet, var den økende andelen tenåringsjenter som får behandling for psykiske lidelser. I perioden 2008–11 var det omkring 5 % av jenter i alderen 15–17 år som fikk slike diagnoser i spesialisthelsetjenesten hvert år. Andelen økte til 7 % i 2016, altså en relativ økning på 40 % i løpet av fem år. Økningen drives av fire diagnosegrupper: depresjon, angstlidelser, tilpasningsforstyrrelser og spiseforstyrrelser. Det har også vært en dobling i bruken av antidepressiver blant jenter i denne aldersgruppen i samme periode, fra omkring 1 % til 2 % som bruker slike medikamenter hvert år. Hos jenter under 15 år har andelene som behandles for psykiske lidelser vært stabile fra 2008 til 2016. Det samme gjelder for gutter i alle aldersgrupper.

Den nasjonale Ungdata-undersøkelsen viser at tenåringsjenter også rapporterer om mer psykiske plager enn før [\(2\)](#). På 10. skoletrinn blir elevene spurt om hvor mye plaget de er av vanlige symptomer på depresjon som bekymring, slitenhet, søvnproblemer, nedstemthet, håpløshet og anspenthet. De som i gjennomsnitt svarer «ganske mye» eller «svært mye» på disse spørsmålene, defineres som å ha et høyt symptomnivå. Hos jenter har denne andelen økt fra 15,9 % i 2011 til 19,7 % i 2016. Samtidig rapporterer rundt 90 % av både jenter og gutter om god livskvalitet. Det kan virke paradoksalt at nivået av depressive symptomer øker hos jenter når livskvaliteten er stabilt høy. Er det en reell økning i depresjon hos tenåringsjenter, eller er det bare en endring i hvordan de vurderer og rapporterer psykiske plager?

Andelen tenåringer som behandles for psykiske lidelser øker også i andre land, mest markant hos jenter, men noen steder også blant gutter. I en studie fra Finland sammenlignet man personer født i 1987 og 1997 og beregnet andeler som hadde fått psykiatriske diagnoser i alderen 12–17 år (3). Hos jenter økte andelen fra 9,8 % til 14,9 % (3). Tilsvarende økning hos guttene var fra 6,2 % til 8,8 %. Hos begge kjønn var det depresjon og angstlidelser som sto for en stor del av økningen. Tilsvarende funn er gjort i Sverige (4).

Selv om flere får diagnoser, vil ikke data fra spesialisthelsetjenesten fange opp alle tilfellene av psykiske lidelser i befolkningen. En studie fra Storbritannia viste at 12,2 % av ungdom i alderen 13–15 år tilfredsstilte kriteriene for en psykisk lidelse på undersøkelsestidspunktet (5). Hvis andelene er tilsvarende i Norge, innebærer det at mange med disse lidelsene ikke blir diagnostisert i spesialisthelsetjenesten.

Den beste fremgangsmåten for å anslå reell forekomst av psykiske lidelser er å gjøre diagnosebaserte forekomstundersøkelser. Da kartlegges representative utvalg av befolkningen gjennom en kombinasjon av spørreskjemaer og kliniske intervjuer. Klinikere stiller diagnoser hvis det er aktuelt. Funnene kan sammenholdes med registerdata for å sikre at informasjonen blir så komplett og representativ som mulig. Fordelen er at hele befolkningen inkluderes, ikke bare de som har fått behandling i helsevesenet. Det er aldri utført noen diagnosebasert forekomstundersøkelse av ungdom i Norden.

Skal vi finne årsaker til økningen i diagnosebruk, må vi spørre oss hva som har skjedd siden 2011. Hvorfor har det påvirket jenter mer enn gutter? Hvorfor har det inntruffet i mange land samtidig? Økningen startet på samme tid som smarttelefoner og sosiale medier ble en viktig del av barn og unges hverdag. Det spekuleres derfor mye i om økt internettbruk kan være en forklaring. En australsk studie som fulgte en gruppe tenåringer fra 13 til 16 års alder, viste at nettavhengighet predikerte senere psykiske plager (6). En koreansk studie har imidlertid vist at årsakssammenhengen også kan gå motsatt vei; psykiske vansker fører til økt internettavhengighet (7).

Vi trenger mer kunnskap om psykiske lidelser hos ungdom i Norge. Ved å bruke nasjonale helseregistre og longitudinelle befolkningsundersøkelser som Den norske mor og barn-undersøkelsen (MoBa) kan vi studere risikofaktorer for psykiske lidelser, hvordan lidelsene forløper og hvilke følger de får i voksenlivet. Skal vi få presis kunnskap om forekomst, er det imidlertid nødvendig med en diagnosebasert befolkningsundersøkelse. Det ville vært flott hvis Norge ble første land i Norden til å utføre en slik nasjonal undersøkelse blant ungdom.

LITTERATUR

1. Reneflot A, Aarø LE, Aase H et al. Psykiske lidelser i Norge. Oslo: Folkehelseinstituttet, 2018.
https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2018/psykisk_helse_i_norge2018.pdf (21.8.2018).

2. Bakken A. Ungdata 2017. Nasjonale resultater. Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA): 2017.
[http://www.hioa.no/Om-HiOA/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NOVA/Publikasjoner/Rapporter/2017/Ungdata-2017\(21.8.2018\)](http://www.hioa.no/Om-HiOA/Senter-for-velferds-og-arbeidslivsforskning/NOVA/Publikasjoner/Rapporter/2017/Ungdata-2017(21.8.2018)).
 3. Gyllenberg D, Marttila M, Sund R et al. Temporal changes in the incidence of treated psychiatric and neurodevelopmental disorders during adolescence: an analysis of two national Finnish birth cohorts. *Lancet Psychiatry* 2018; 5: 227 - 36. [PubMed][CrossRef]
 4. Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn og unga vuxna. Stockholm: Socialstyrelsen, 2017.
<http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/20785/2017-12-29.pdf> (21.8.2018).
 5. Ford T, Goodman R, Meltzer H. The British Child and Adolescent Mental Health Survey 1999: the prevalence of DSM-IV disorders. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry* 2003; 42: 1203 - 11. [PubMed][CrossRef]
 6. Ciarrochi J, Parker P, Sahdra B et al. The development of compulsive internet use and mental health: A four-year study of adolescence. *Dev Psychol* 2016; 52: 272 - 83. [PubMed][CrossRef]
 7. Cho SM, Sung MJ, Shin KM et al. Does psychopathology in childhood predict internet addiction in male adolescents? *Child Psychiatry Hum Dev* 2013; 44: 549 - 55. [PubMed][CrossRef]
-

Publisert: 17. september 2018. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.18.0558
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 23. mars 2026.