
– Pasientene må ikke falle utenfor samfunnet

AKTUELT I FORENINGEN

ELLA MÆHLUMSHAGEN

ella.maehlumshagen@legeforeningen.no
Kommunikasjonsavdelingen

Å få spørsmål om sykemelding fra pasienter med psykiske sykdommer kan være vanskelig. Nå er det utarbeidet et inspirasjonshefte, som tar for seg flere sider knyttet til sykemelding for pasienter med vanlige psykiske plager.

– Det viktigste er å se på jobben til pasienten. Legene sier ofte at de skal se hele mennesket. Da må de se på jobben til pasienten, sier hovedforfatter og allmennlege Bente Aschim.

Hun har jobbet som allmennlege i nesten 40 år og hatt deltidsstilling på Voksenpsykiatrisk avdeling på Diakonhjemmets sykehus, Poliklinikken Psykisk helse og arbeid i 10 år. Hun har sett hvordan det har gått med sykemelding av unge som sliter psykisk. Hun har nå utarbeidet et inspirasjonshefte sammen med Torkil Berge, Eli Ringstad Skeid, Marianne T Bjørndal, Bente Bull-Hansen og Sverre Lundevall.

Voldsom økning i sykemeldte og uføretrygdde



MESTRING: – Vi må oppmuntre til dialog og samarbeid med jobben. De fleste har godt av å jobbe litt og føle at de mestrer noe, sier hovedforfatter og allmennlege Bente Aschim. Foto: Bente Aschim

– Det har vært en voldsom utvikling av psykisk sykemeldte og uføretrygdde de siste årene. Flere av disse faller helt utenfor samfunnet. Vi som allmennleger må være med på å forhindre dette, sier hun.

Hun legger særlig vekt på de unge som blir sykemeldte over lang tid og som lett havner utenfor samfunnet. Det er ikke til beste for noen.

– Vi som leger må se på om pasienten trenger en sykemelding over tid, eller om det er beste for pasienten å være på jobben, utdyper hun.

Hun beretter at det er viktig at sykemeldingen ikke varer for lenge og at pasienten raskt kan komme tilbake til arbeid.

Dialog med arbeidsgiver

Aschim sier videre at det er viktig å interessere seg for hva pasienten jobber med, og hva dette betyr.

– Vi må oppmuntre til dialog og samarbeid med jobben. De fleste har godt av å jobbe litt og føle at de mestrer noe. Min erfaring er at arbeidsgiver ofte er villige til å legge forholdene til rette for at arbeidstakere skal kunne komme tilbake til jobb igjen, forteller hun.

Hun mener at fastlegene må ta seg tid til å finne ut hva pasienter med denne type lidelser trenger og har behov for.

– Det er riktig at fastlegene i dag har veldig mange oppgaver og et stort arbeidspress. Det er likevel viktig at de tar seg tid til å følge opp disse pasientene. Vi kan ikke ha et helsevesen som bidrar til å invalidisere pasienter ved å gjøre dem uføretrygde, sier hun.

Hun mener at noe av det viktigste leger kan gjøre, er å bidra til at sykemeldingen ikke skal vare lenge.

– Pasientene må ikke falle utenfor samfunnet.

Skulder ved skulder

Det er fornuftige grunner til at pasienter ønsker en sykemelding, selv om legen i seg selv kan være uenig i grunnen.

– For å hjelpe pasienten må vi stå skulder ved skulder med dem og det landskapet de beveger seg i. Da blir oppgavene knyttet til sykemelding ved psykiske lider og symptomer lettere, avslutter Aschim.

Inspirasjonsheftet inneholder blant annet koder og råd, hva bør fastlegen kunne om psykiske lidelser, hvordan snakke med pasienten, hvordan tilrettelegge for jobb og hvilke institusjoner pasienten kan henvende seg til.

Heftet er utarbeidet av Diakonhjemmet sykehus med støtte fra Helse Sør-Øst. Arbeidet har sitt grunnlag i kompetansen som er utviklet ved Poliklinikken Psykisk helse og arbeid, Voksenpsykiatrisk avdeling Vinderen, Diakonhjemmets sykehus.

Du kan få tak i inspirasjonsheftet på Diakonhjemmets nettsider:

<https://tinyurl.com/yc3edhs7> og på Legeforeningens nettsider:

<https://tinyurl.com/2drkvfhz>

Publisert: 30. januar 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.02.15

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 23. mars 2026.