
Selvmondsatferd og hjelpsøking blant leger og veterinærer

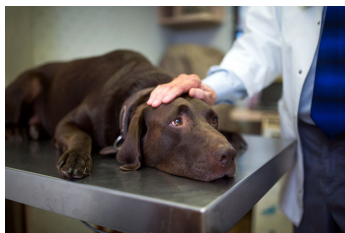
LEGELIVET

HELENE SELJENES DALUM

helene.seljenes.dalum@lefo.no

Helene Seljenes Dalum er forsker ved Legeforskningsinstituttet.

Veterinærer har høy forekomst av selvmordstanker og lav grad av hjelpsøking for psykiske problemer.



Illustrasjonsfoto:
THEPALMER/iStock

Mange belastningsfaktorer i arbeidet er like for leger og veterinærer: høyt arbeidspress og vaktbelastning, moralsk stress og etiske dilemmaer. Det er også flere risikofaktorer for selvmord som er felles mellom de to yrkesgruppene, som tilgang til og kunnskap om potensielt dødelige legemidler.

En høy selvmordsrate blant veterinærer er dokumentert både i Norge og flere andre land (1, 2). Dette var bakgrunnen for mitt doktorgradsprosjekt, der jeg undersøkte psykisk helse, arbeid og trivsel blant veterinærer i Norge (3).

NORVET-studien er det første landsomfattende forskningsprosjektet i denne yrkesgruppen. Vi sendte ut en spørreundersøkelse til alle veterinærer i Norge, med mange av de samme instrumentene som er brukt blant leger i tidligere undersøkelser. Vi fikk svar fra 2 596 (75 %), 70 % var kvinner, som presist reflekterer kvinneandelen i yrket. Den høye svarprosenten indikerer at undersøkelsen opplevdes som viktig.

NORVET-studien viste at nesten en tredel av veterinærene det siste året hadde følt at livet ikke var verdt å leve, en femdel hadde hatt selvmordstanker og 5 % hadde hatt alvorlige selvmordstanker (4). Dette er høyere enn for tilsvarende

undersøkelse blant leger, mens forekomsten av selvmordsforsøk var lav og omtrent lik som blant leger (0,2 % versus 0,1 %) (5).

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](https://nssfinfo.no). På din kommunes nettsider kan du se hvilke andre lavterskeltilbud som er tilgjengelige der du bor.

«NORVET-studien viste at nesten en tredel av veterinærene det siste året hadde følt at livet ikke var verdt å leve, en femdel hadde hatt selvmordstanker og 5 % hadde hatt alvorlige selvmordstanker»

En tredel rapporterte å ha hatt behandlingstrengende psykiske problemer det siste året (6). Veterinærene selv rapporterte oftest arbeidsrelaterte problemer som medvirkende til både selvmordstanker og psykiske problemer. Dette er i motsetning til legene, som oftest rapporterte personlige og familiære årsaker (5). I statistiske modeller der vi kontrollerte for flere variabler samtidig var det å være enslig, oppleve negative livshendelser, psykiske plager, positive holdninger til eutanasi av mennesker, mangel på kollegastøtte og hyppig utførelse av eutanasi av dyr assosiert med alvorlige selvmordstanker.

Bare halvparten av veterinærene med psykiske problemer hadde søkt hjelp, dette var også tilfellet blant veterinærene med alvorlige selvmordstanker. Tilsvarende lav hjelpsøkningsgrad er rapportert også blant leger i Norge (7). Veterinærer som jobbet med produksjonsdyr, søkte mindre hjelp enn andre grupper. Vi vet ikke hvorfor det er slik, men lange avstander og manglende vikarordning ved fravær kan være faktorer som bidrar til mindre hjelpsøking blant praktikere i distriktene.

Veterinærstudiet i Norge gjennomgår for tiden endringer i studieplanen (8). Fra 2024 vil selvmordsforebygging inngå i undervisningen for sisteårsstudentene. Veterinærforeningen jobber også aktivt med å etablere og utvikle tilbud for veterinærer som trenger hjelp og støtte blant annet ved Villa Sana. Fellestrekkene mellom veterinærer og leger er mange. Felles utfordringer kan også bety at det finnes felles løsninger.

REFERENCES

1. Hem E, Haldorsen T, Aasland OG et al. Suicide rates according to education with a particular focus on physicians in Norway 1960-2000. Psychol Med 2005; 35: 873–80. [PubMed][CrossRef]

2. Platt B, Hawton K, Simkin S et al. Systematic review of the prevalence of suicide in veterinary surgeons. *Occup Med (Lond)* 2010; 60: 436–46. [PubMed][CrossRef]
3. Dalum HS. Suicidal thoughts, animal euthanasia, and help-seeking among veterinarians in Norway: a nationwide and cross-sectional survey (The NORVET study). Doktoravhandling. Oslo: Det medisinske fakultet, Universitetet i Oslo, 2023. <http://hdl.handle.net/10852/102549> Lest 11.8.2023.
4. Dalum HS, Tyssen R, Hem E. Prevalence and individual and work-related factors associated with suicidal thoughts and behaviours among veterinarians in Norway: a cross-sectional, nationwide survey-based study (the NORVET study). *BMJ Open* 2022; 12: e055827. [PubMed][CrossRef]
5. Hem E, Grønvold NT, Aasland OG et al. The prevalence of suicidal ideation and suicidal attempts among Norwegian physicians. Results from a cross-sectional survey of a nationwide sample. *Eur Psychiatry* 2000; 15: 183–9. [PubMed][CrossRef]
6. Dalum HS, Tyssen R, Moum T et al. Professional help-seeking behaviour for mental health problems among veterinarians in Norway: a nationwide, cross-sectional study (The NORVET study). *BMC Public Health* 2022; 22: 1308. [PubMed][CrossRef]
7. Tyssen R, Røvik JO, Vaglum P et al. Help-seeking for mental health problems among young physicians: is it the most ill that seeks help? - A longitudinal and nationwide study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 2004; 39: 989–93. [PubMed][CrossRef]
8. Tønnessen E. Veterinærer sliter med tanker om selvmord og at livet ikke er verdt å leve. *Khrono* 7.1.2022. <https://khrono.no/veterinaerer-sliter-med-tanker-om-selv-mord-og-at-livet-ikke-er-verdt-a-leve/647256> Lest 11.8.2023.

Publisert: 7. september 2023. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.23.0540

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 23. mars 2026.