

Hvordan har legen det – egentlig?

Leger opplever større grad av stress og utbrenthet i de første årene av karrieren enn andre arbeidstakere. Den overdrevent samvittighetsfulle legen er mest utsatt.

Hvordan har medisinstudenter og nyutdannede leger det i begynnelsen av karrieren? Hvordan forløper jobbstresset? Er de mer utbrent enn andre arbeidstakere? Er grad av problemer knyttet til personlighet? Søker legene hjelp for å takle problemene? Dette er noen av spørsmålene som psykiater Jan Ole Røvik har prøvd å finne svar på i avhandlingen *The role of personality in stress, burnout and help-seeking among Norwegian medical students and early career physicians*.



Jan Ole Røvik. Foto G.F. Lothe/Foto og IT, Universitetet i Oslo

– Som alle andre opplever også leger tidsklemma. Stresset vokser gjerne i takt med at familien vokser

og som følge av at arbeidstiden ikke tar hensyn til familieforhold. Stress og tidsklemme øker risikoen for utbrenthet – og våre studier viser også at legene er noe mer utbrent enn andre arbeidstakere de første ni årene av karrieren. Det er viktig å balansere arbeid og familieliv på en god måte. Arbeidsgivere bør legge til rette for redusert arbeidstid for leger med ansvar for barn, sier Røvik.

Røvik viser videre at andelen leger med psykiske problemer økte noe de første fire årene, uten at andelen leger som søkte hjelp for å takle problemene økte. Den overdrevent samvittighetsfulle eller perfektjonistiske legetypen var mest utsatt for stress og utbrenthet. Støtte fra partner og kolleger var viktig for å bedre situasjonen.

Røvik disputerte for ph.d.-graden ved Universitetet i Oslo 29.1. 2010.

Anne Forus
anneforu@online.no
Tidsskriftet

Ordforklaring

Utbrenthet: Følelsesmessig utmattethet relatert til jobben. Over tid kan dette også medføre følelsesmessig distansering til jobben og dårligere personlig ytelse. Utbrenthet kan utvikle seg når individets tilpasningsreaksjoner til stress bryter sammen som følge av langvarig ubalanse mellom jobbens krav og egne ressurser.

Etnisitet påvirker risiko for multipel sklerose

Innvandrere fra Midtøsten som bor i Norge har en langt høyere forekomst av multipel sklerose enn innvandrere fra Asia og Afrika.

Forekomsten er også langt høyere enn blant personer i hjemlandet deres. Cathrine Smestad har identifisert multipel sklerose-pasienter bosatt i Oslo med fokus på forekomst blant ikke-vestlige innvandrere. Det er første gang en slik studie er gjort, og funnene antyder at både genetikk og miljø har betydning for sykdomsrisiko.

– Forekomst av multipel sklerose viser stor geografisk variasjon, og flytting mellom områder med ulik forekomst er forbundet med endret sykdomsrisiko. Studien vår viser en økning i prevalensen i Oslo i løpet av de siste ti årene, og bekrefter at hovedstaden er et høyriskoområde med en prevalens på 170/100 000 blant norske pasienter, sier Smestad.

Hun fant store forskjeller mellom ulike ikke-vestlige befolkningsgrupper, og forekomsten blant innvandrere fra Midtøsten var høyere enn forventet.

– Vi fant en prevalens på 85/100 000 blant innvandrere fra Midtøsten. Dette er dobbelt så høy forekomst som det vi ser i studier fra hjemlandet til mange av dem, Iran. I tillegg er det langt høyere prevalens enn blant innvandrere fra Asia og Afrika, som var på 20–21/100 000. Hvorfor det er slik, vet vi ikke, men funnene kan tyde på at foreløpig ukjente miljøfaktorer kan påvirke risikoen blant individer med ulik genetisk disposisjon for sykdommen, sier Smestad.

Hun disputerte for ph.d.-graden ved Universitetet i Oslo 24.3. 2010, med avhandlingen *Multiple sclerosis. Prevalence, outcome and clinical correlations to HLA-genes*.

Eline Feiring
eline.feiring@legeforeningen.no
Tidsskriftet



Cathrine Smestad.
Foto privat

Ordforklaringer

Multipel sklerose: Kronisk immunmediert demyeliniserende sykdom i sentralnervesystemet. Sykdommen rammer unge voksne. Gjennomsnittlig debutalder er 30 år. Anslagsvis 7 000 personer lever med multipel sklerose i Norge.

Prevalens: Hvor mange individer i en bestemt gruppe som har en gitt tilstand eller sykdom på et gitt tidspunkt.