



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

**Temamøte for
veiledningsgrupper i allmennmedisin**

**Fastlegen i møte med
pasienter som er
lesbiske, bifile eller homofile**

Opplegg for dette møtet

- Seksuell orientering - begreper
- Fire kasuistikker med diskusjon og kommentar
- Oppsummering av flere forskningsresultater
- Holdninger og minoritetsstress
- Hva betyr dette på legekontoret?
- Oppsummering og avsluttende diskusjon

Møteleder passer tiden når dere får oppgitt hvor lenge dere skal diskutere et tema.

Slik kommer dere i mål i løpet av møtet ;-)



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Seksuell orientering – begreper

- **Lesbiske kvinner og homofile menn** opplever seksuell eller følelsesmessig tiltrekning til personer av samme kjønn.
- **Bifile** kvinner og menn opplever tiltrekning til både kvinner og menn
- Kortversjon: **LHB** (lesbiske/homofile/bifile)
- **Heterofile** kvinner og menn tiltrekkes av personer av motsatt kjønn.
- Noen har sex med mennesker av samme kjønn uten å definere seg som LHB



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Kilder til forskningsbasert kunnskap om helse blant LHB-personer i Norge

- Anderssen N, Malterud K, red. Seksuell orientering og levekår. Bergen: Uni Helse, 2013.
<https://bora.uib.no/handle/1956/7550>
- Malterud K, Anderssen N. Helse blant lesbiske og bifile kvinner i Norge. Bergen: Uni Research Helse, 2014.
<https://bora.uib.no/handle/1956/9307>



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Utgangspunkt

Bruk 5 minutter på følgende spørsmål:

- Hva tror eller mener dere om dette:
 - Er sykdom eller risikofaktorer mer utbredt blant LHB-personer enn blant resten av befolkningen i Norge?
 - Har LHB-personer økt risiko for spesielle sykdommer?



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Nå kommer noen korte kasuistikker

- Les teksten
- Bruk 5 minutter på diskusjon av spørsmålet dere har fått
- Deretter presenteres fakta om dette temaet fra ressurspersoner i veiledningsgruppa som har forberedt seg spesielt på dette
- Gå løs på neste kasuistikk på samme måte



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Helse og sykdom generelt

- Anne (45) kommer fordi sønnen Arne (25) nettopp har fortalt at han er homo. Hun er bekymret selv om han for øvrig er stødig og veltilpasset. Hun synes han virker litt blek.
- *Har Anne grunn til å være bekymret for Arnes helse?*



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

- Hva mener dere?
- Hva sier ressurspersonene i gruppa?
- 5 minutter



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Psykisk helse og selvmordsatferd

- Unni (35) har vært nedfor en måneds tid. Hun er singel nå, men regner seg som bifil og har hatt mannlige og kvinnelige kjærester siden hun var 16. Hun synes sjefen stiller for høye krav til henne.
- *Hva trenger du å vite mer om for å vurdere situasjonen til Unni?*



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

- Hva mener dere?
- Hva sier ressurspersonene i gruppa?
- 5 minutter



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Seksuelt overførbare sykdommer

- Eva (30) er lesbisk og har hørt at hun bør gå til regelmessig sjekk for seksuelt overførbare infeksjoner.
- *Hva trenger du å vite mer om, og hvilke råd gir du henne?*



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

- Hva mener dere?
- Hva sier ressurspersonene i gruppa?
- 5 minutter



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Helsevaner

- Ole (55) er ugift, bilmekaniker og stadig sykmeldt for ulike småplager. Du lurar på om han kanskje drikker litt for mye, men han er reservert og sier ikke så mye om seg selv.
- *Hvordan kan du åpne for en samtale om Oles drikkevaner og hans sosiale nettverk?*



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

- Hva mener dere?
- Hva sier ressurspersonene i gruppa?
- 5 minutter



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Nå kommer oppsummering av flere forskningsresultater

- Dere kan gå ganske raskt gjennom disse
- Stopp opp litt hvis dere får info som supplerer diskusjonene fra kasuistikkene



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Helse og sykdom hos LHB-personer sammenliknet med heterofile

- Lite forskjell for selvvardert helse, kronisk sykdom, fysisk funksjonsnedsettelse, men dårligere blant bifile kvinner
- God psykisk helse hos flertallet, men mer psykisk uhelse inkl. selvmordsforsøk i LHB-gruppene, mest blant bifile kvinner
- Seksuelt overførbart sykdom: høyest blant homofile menn og bifile kvinner, svært lav forekomst blant lesbiske,
- Lav deltakelse blant lesbiske i anbefalte screeningundersøkelser mot kreft
- Fysisk aktivitet: Ingen forskjell
- Ukentlig-røykere: noe høyere blant bifile kvinner
- Få LHB-personer har skadelig alkoholbruk, noe fler blant bifile kvinner



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Sosialt nettverk – trivsel

- Ensomhet oppleves av få, noe oftere blant bifile kvinner og menn og homofile menn
- Tilfredshet med livet: Lavere blant bifile kvinner og menn og homofile menn enn blant heterofile



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Arbeidsplass og studier

- Stort sett gode forhold for LHB-personer på jobb
- Opplevd diskriminering på arbeidsplass: under 10%
- Overhørt negativ kommentar om LHB-person: inntil 40%
- Homofile mannlige studenter mer trakassert enn andre fra både medstudenter og lærere



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Vold

- Få har vært utsatt for vold eller voldstrusler
 - flest blant bifile kvinner
 - ingen forskjell blant menn
- De aller færreste opplevde uro for å bli utsatt for vold
 - flest blant bifile kvinner



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Forhold til egen seksuell orientering og åpenhet

- Egen seksuell orientering oppleves berikende hos over 80%
- Andres kjennskap til deg som LHB-person (familie, arbeidskolleger, venner) - størst åpenhet blant lesbiske kvinner (over 80%).
- Helt skjult på arbeidsplassen: lesbiske kvinner (9%), homofile menn (18%), bifile kvinner (68%), bifile menn (78%)
- Få bifile er åpne overfor fastlegen
- En av fem i alle LHB-gruppene skulle gjerne vært åpen for flere



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Noen begreper

- Homonegativitet
 - Stigmatisering relatert til seksuell minoritetsstatus
- Heteronormativitet
 - Kulturelle og sosiale praksiser som tar for gitt at alle mennesker er heteroseksuelle, der homo- og biseksualitet blir usynlig og annenrangs

Finn et aktuelt eksempel på hvert av disse som kunne ha utspilt seg i praksis på legekantoret (max 5 minutter)



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

- Det var verre før
- Er ikke dette et tilbakelagt kapittel?
- Hvilke holdninger møter LHB-personer i den norske befolkningen i dag?
 - Se neste lysbilde



Holdninger i befolkningen 2008 og 2013

- Et stort flertall har ikke negative holdninger
- Blant menn er tendensen at færre enn før er negative
- Likevel tilslutning (2013) til negative utsagn som:
 - «Sex mellom to kvinner er ganske enkelt feil»
 - kvinner 17%, menn 22%
 - «Jeg synes homofile menn er frastøtende»
 - kvinner 6%, menn 24%



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Hovedfunn fra levekårsundersøkelsen

- Levekårene for de fleste LHB-personer **er like gode som** levekår for heterofile på en rekke områder (helse og sykdom, sosialt nettverk og trivsel, arbeidsliv og utsatthet for vold)
- Et mindretall av LHB-personer viser tegn til **marginalisering** i form av mer psykisk uhelse, noe lavere livstilfredshet, flere negative erfaringer på arbeidsplass og studiested, og mindre åpenhet om seksuell orientering - særlig sårbare er **bifile kvinner**
- **Holdninger** til LHB-personer blant menn er stadig mer velvillige enn tidligere, men uttalt homo- og bi-negativitet foreligger også
- LHB-personer må konstant håndtere spørsmål om **åpenhet** under en viss grad av usikkerhet på hva slags respons de møter



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Minoritetsstress

- Homonegativitet og heteronormativitet er levekårsbetingelser som kan skape minoritetsstress og bidra til helseplager blant LHB-personer
- Bruk 5 minutter på å diskutere følgende:
 - Kan fastlegen gjøre noe med dette?



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Hva betyr dette i praksis?

- Våg å ta opp temaet
- Hvilken signaler sender du som behandler ut?
- Ved å være aksepterende og bekreftende kan du være viktig for noen i en betydningsfull periode av deres liv
- Gjør deg tilgjengelig som samtalepartner
- Snakk om et mangfold av måter å leve på
- Bruk ikke-heteronormative eksempler
- Vis til eksempler på LHB-personer som lever gode liv

Fra Rosa Kompetanse/LLH

http://www.llh.no/nor/prosjekter/rosa_kompetanse/



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Noen praktiske tips

- Bruk kjønnsnøytrale ord og begreper (kjæreste, partner, ektefelle i stedet for han og hun)
- Bruk det hele tiden – ikke bare når du tror du har truffet en LHB-person
- Unngå taushet
- Si noe hyggelig – for eksempel «Så bra!»
- Ikke anta at du skal eller må gjøre noe med ”annerledesheten”
- Ikke gi råd om å leve i konflikt med egen seksualitet
- Anerkjenn og ivareta partner

Fra Rosa Kompetanse/LLH

http://www.llh.no/nor/prosjekter/rosa_kompetanse/



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse

Oppsummering – avsluttende diskusjon

- Hva vet dere nå som dere ikke visste på forhånd?
- Hva kan dere gjøre annerledes i egen praksis i morgen?

LYKKE TIL!



Norsk forening for
allmennmedisin

DEN NORSKE LEGEFORENING

Referansegruppe for lesbisk og homofil helse