



Menn er like misfornøyde

Alvorlige problemer med selvbildet er like utbredt hos menn som hos kvinner.

Flere undersøkelser viser at overraskende mange menn sliter med selvbildet sitt.

Hele 43 prosent av mennene oppga i en amerikansk undersøkelse at de ikke var fornøyde med utseendet sitt. I løpet av en periode på 25 år har prosentdelen misfornøyde menn tredoblet seg, noe som betyr at det forekommer like ofte hos menn som hos kvinner.

Psykisk lidelse

En mer alvorlig form for problemer med selvbildet, er lidelsen dysmorfofobi. Personer med denne diagnosen er overdrevent opptatt med en innbilt eller minimal skavanke i utseendet sitt.

Dysmorfofobi er trolig langt vanligere enn tidligere antatt, men få har hørt om den til tross for at den har vært kjent i over et århundre. Mørketallene store.

For menn kan det være spesielt vanskelig å innse at en har et psykisk problem forbundet med et dårlig selvbilde.

Menn med denne lidelsen er vanligvis misfornøyde med hud, hår, nese og kjønnsorgan.

Nylig ble også en undergruppe av dysmorfofobi kalt muskeldysmorfofobi godkjent. Den forekommer nesten utelukkende hos menn, og kjennetegnes ved at en er overdrevent opptatt av muskelstørrelse. Pasientene oppfatter seg selv som skrale og "pinglete", mens de vanligvis

egentlig er unormalt store og muskuløse.

Altoppslukende

Dysmorfofobi påvirker den rammedes hverdag i stor grad. Mye tid går med til å dekke over "feilen" med for eksempel klær eller sminke. Nøye inspeksjoner av speilbildet kan foregå i flere timer.

For pasienter med muskeldysmorfofobi kan det bety lange dager i treningsstudioet og strenge dietter med opptil flere muskelfremmende kosttilskudd. Sannsynligheten for doping med anabole steroider er høy.

Lidelsen fører også til sosiale problemer, og mange er så plaget med utseendet sitt at de velger ensomheten. Sjansen for psykiatriske innleggelses, arbeidsuførhet, selvmordsforsøk eller selvmord, er stor.

Kunnskap om årsaker til lidelsen er mangelfulle, men trolig er det en kombinasjon av biologiske, psykologiske og kulturelle faktorer.

Kilder:

British Medical Journal 2007

Tidsskrift for Den norske lægeforening