



# Unge med kreft på CV-en

Innsiktsrapport

UNGkreft



KREFTFORENINGEN



# Innhold

---

|   |    |
|---|----|
| <b>1. Sammendrag</b> .....  | 4  |
| Utfordringer og suksesskriterier .....                                    | 5  |
| <b>2. Metode og utvalg</b> .....  | 6  |
| Materiale og metode .....   | 6  |
| Utvalg .....  | 6  |
| <b>3. Kreft og arbeid</b> .....   | 8  |
| Endringer i arbeidssituasjonen .....                                      | 8  |
| Endret yrkesretning eller studieretning som følge av kreft .....          | 9  |
| Endret arbeidskapasitet .....   | 9  |
| Behov for tilrettelegging for å stå i jobb .....                          | 9  |
| Å stå helt eller delvis utenfor arbeidslivet .....                        | 10 |
| <b>4. Kreftsykdom og studier</b> .....                                    | 11 |
| Hvordan påvirket kreftsykdommen studiet? .....                            | 11 |
| Behov for og erfaringer med tilrettelegging under studier .....           | 11 |
| Studentenes kjennskap til rettigheter i forbindelse med sykdom .....      | 11 |
| <b>5. Være åpen om kreft på CV-en?</b> .....                              | 12 |
| Krefterfaring – hull eller gull i CV-en? .....                            | 12 |
| Frykt for å bli diskriminert .....  | 13 |
| Identitet og sosial tilknytning til jobben .....                          | 13 |
| <b>6. Senskader etter kreft</b> .....                                     | 14 |
| <b>7. NAV og andre hjelpetiltak</b> .....                                 | 15 |
| Kjennskap til tiltak .....  | 15 |
| <b>8. Viktige tiltak for å stå i eller komme tilbake til arbeid</b> ..... | 16 |
| <b>Referanser</b> .....   | 18 |

# 1. Sammendrag

---

Hvert år får i underkant av 1000 personer mellom 15 og 35 år kreft. Noen av dem er studenter, noen er i jobb, andre søker for å komme inn på studier eller inn i arbeidslivet.

Mange av dem opplever det å ha kreft på CV-en som en barriere.

I denne rapporten har Kreftforeningen og Ung Kreft samlet innsikt fra unge kreftrammede mellom 18 og 35 år som har eller har hatt kreft. Rapporten peker på hva som, ifølge dem, er de største utfordringene for inkludering i utdanning og arbeidsliv, og den slår fast hva som er viktige suksesskriterier for at flere skal komme innenfor. Til grunn for rapporten ligger en spørreundersøkelse med 148 respondenter gjennomført høsten 2022. Foruten innspill fra omkring 50 deltakere på til sammen seks helgesamlinger i regi av Ung Kreft.

Rapporten har tre hovedfunn:

## 1) Behov for fleksibilitet

Flere enn 3 av 5 ønsker en mer fleksibel sykelønnsordning. De unge ønsker også mer fleksibilitet i overgangen mellom eksempelvis sykelønn, AAP og andre ytelser.

## 2) Kompetanse og forståelse

Det kommer tydelig frem at unge ønsker at NAV, arbeidsgivere og andre i hjelpeapparatet viser større forståelse for kompleksiteten i utfordringene de kreftrammede står i. Forventningen om at man er tilbake som før etter kreftbehandlingen, er krevende og oppleves som urealistisk for mange.

## 3) Frykt for diskriminering

Svært mange uttrykker usikkerhet om man bør være åpen om sin kreftsykdom i jobbsøkerprosessen. Over 3 av 5 svarer i undersøkelsen at de ønsker å være åpne, mens halvparten er usikre, og mange er redd for å bli diskriminert.

Den helt nye innsikten i unge kreftrammedes situasjon som denne oppsummeringen gir, håper vi kan ha verdi i flere spor.

Først og fremst for unge kreftrammede selv ved at de kan finne informasjon om andre som står i en lignende situasjon. Nettsiden sjuktløstjobb.no, som er et samarbeidsprosjekt mellom Ung Kreft og Kreftforeningen, er et verktøy for unge med kreft på CV-en som ønsker seg en jobb.

Innsikten håper vi videre vil bli en viktig kilde til kunnskap og informasjon for arbeidslivets aktører og for studieinstitusjoner. Vi håper at disse får større forståelse for hvilken verdifull ressurs unge kreftrammede er, og hva som skal til for å sikre god tilrettelegging på arbeids- og studiestedet.

Vi har store forventninger til NAVs ungdomsgaranti og håper innsikten i rapporten vil inspirere dem til å intensivere innsatsen for unge kreftrammede. Ikke minst håper vi politikerne våre forplikter seg til å lage fleksible rammer for arbeidslivet, som rommer både de unge kreftrammede og arbeidsgiveres behov.



# Utfordringer og suksesskriterier

---

Vi har for første gang gjennomført en undersøkelse blant unge kreftrammede for å kartlegge deres erfaringer med kreft, utdanning og arbeidsliv. Vi har forsøkt å synliggjøre hva unge kreftrammede anser som de største utfordringene og suksesskriteriene for inkludering i utdanning og arbeidsliv. Nedenfor oppsummerer vi de viktigste funnene.

## **Behov for økt kunnskap om kreftbehandling og senskader**

Mange unge kreftrammede oppgir at de har utfordringer på jobb og studier på grunn av senskader og at dette påvirker deres tilknytning til arbeidslivet. Senskader er ofte «usynlige» og kan samtidig være ubehagelig for den kreftrammede å snakke om. Unge kreftrammede er derfor opptatt av at arbeidsgivere og ansatte hos NAV tilegner seg mer kunnskap om kreftbehandling og senskader.

## **Styrket dialog og tilrettelegging på arbeidsplassen**

Tilrettelegging på arbeidsplassen er viktig for mange unge kreftrammede. One size doesn't fit all – tilretteleggingen må være persontilpasset, og derfor er det viktig med jevnlig dialog slik at arbeidsgiver kan få forståelse for hva den enkelte har behov for.

## **Rettigheter og muligheter for tilrettelegging under studier må kommuniseres tydeligere**

Mange unge kreftrammede opplever at kreftsykdommen endrer studiesituasjonen. For noen medfører det forsinkelser og avbrudd. Da er det viktig å vite om hvilke rettigheter og muligheter man har – det er det dessverre for få som vet om. Derfor må rettigheter og muligheter for tilrettelegging kommuniseres tydeligere.

## **Unge ønsker å være åpne, men frykter diskriminering i jobbsøkerprosessen**

Unge kreftrammede ønsker å være åpne om kreftsykdom, men enkelte frykter diskriminering. I Norge kan vi være stolte av et sterkt diskrimineringsvern i arbeidslivet – men det er utvilsomt behov for at arbeidsgivere mer eksplisitt viser at de ønsker personer som har kreft på CV-en.

## **Enda bedre informasjon og veiledning**

Ansatte i NAV må bli enda bedre til å informere om unge kreftrammedes rettigheter og muligheter. Informasjonen må være forståelig og tilpasset den enkelte, komme tidlig i forløpet og gjentas flere ganger.

## **En mer fleksibel sykepengeordning**

Unge kreftrammede etterlyser en mer fleksibel sykepengeordning som ivaretar svingninger i sykdomsforløpet. En mer fleksibel ordning vil gjøre det mulig for unge sykemeldte arbeidstakere å beholde eller øke tilknytningen til arbeidslivet, samt returnere til fullt arbeid raskere.

## **Unge må fanges opp mellom overgangene**

Bedre overganger mellom sykepenger, arbeidsavklaringspenger, uførepensjon og/eller veien tilbake til arbeid etterlyses av unge kreftrammede. Helt konkret ønsker de seg persontilpassede ytelser, og at de fanges opp mellom overgangene.

## **Tilpasset rehabilitering etter kreftsykdom er viktig – men må synliggjøres bedre**

Tilbud om tilpasset rehabilitering etter sykdom er viktig for unge kreftrammede. Mange sier de har hatt behov for og benyttet seg av slike tilbud, men det er også dem som ikke vet at slike tilbud eksisterer. Det trengs mer synliggjøring av rehabiliteringstilbud, og informasjonen må nå de unge.

## 2. Metode og utvalg

---

### **Materiale og metode**

Rapporten baserer seg på datamateriale fra en undersøkelse som ble sendt ut til medlemmer i Ung Kreft høsten 2022.

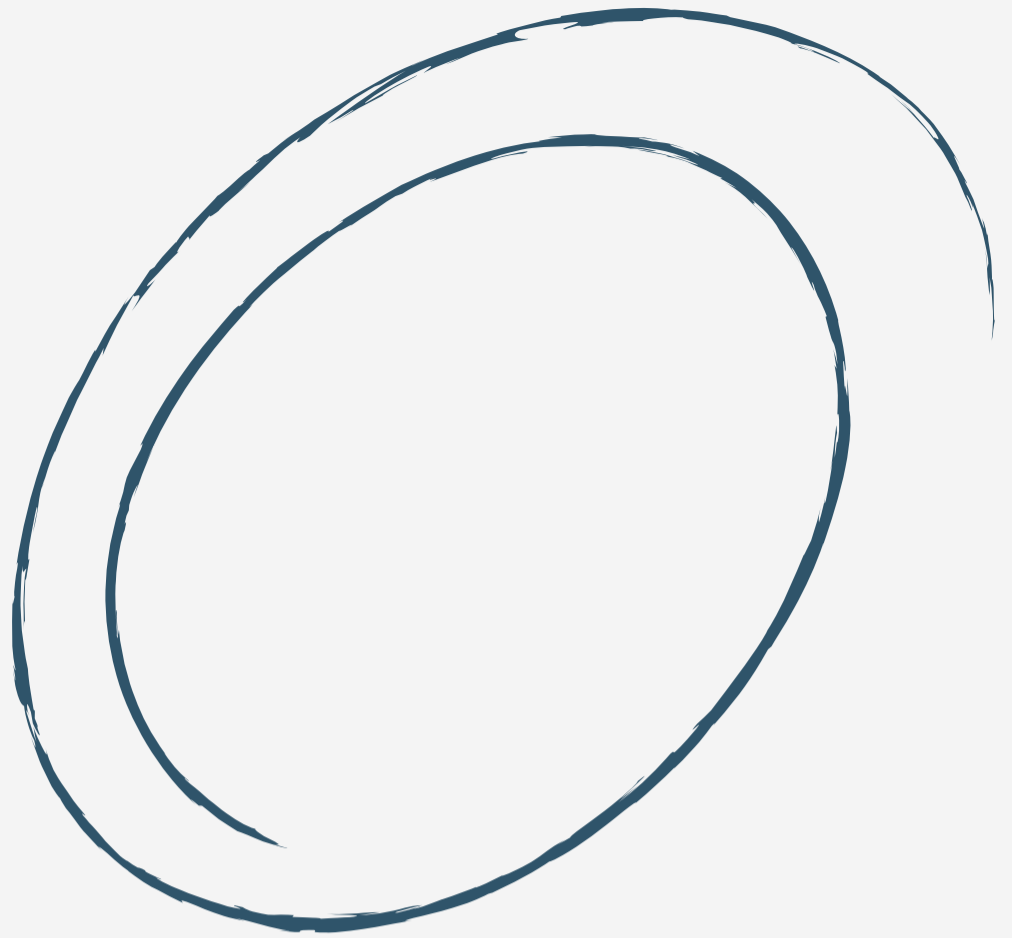
Undersøkelsen ble utarbeidet i samarbeid mellom Ung Kreft og Kreftforeningen, og testet og korrigert av en referansegruppe på fire personer. Undersøkelsen var kvantitativ og inneholdt både lukkede og åpne spørsmål. Datamaterialet ble samlet inn over en to ukers periode i oktober og november 2022 ved hjelp av datainnsamlingsprogrammet SurveyXact. Undersøkelsen var anonym.

### **Utvalg**

Utvalget i undersøkelsen er medlemmer av Ung Kreft, som er en organisasjon som arbeider for interessene til unge kreftrammede og pårørende mellom 15 og 35 år. Alle medlemmer mellom 18 og 35 år som har eller har hatt kreft, fikk undersøkelsen tilsendt. Den ble sendt til totalt 456 personer og oppnådde en svarprosent på 32 (148 personer). Det er en relativt lav svarprosent. Det er i tråd med

forventningene – dette er en ung målgruppe med mange utfordringer – men resultatene må like fullt tolkes med en viss forsiktighet. Som tabell 1 viser, er kvinner overrepresentert i denne undersøkelsen. Til sammenlikning viser tall fra Nordcan (2022) at av alle mellom 15 og 34 år som lever med kreft i Norge, utgjør kvinner 54 prosent og menn 46 prosent. Når det gjelder aldersfordelingen er den representativ for yngre kreftrammede i den norske befolkningen (Nordcan). Halvparten av respondentene var mellom 30 og 35 år, og man kan forvente at denne gruppen har en sterk tilknytning til arbeidslivet.

Resultatene er ikke nødvendigvis representative for alle unge kreftoverlevende. Når vi ser resultatene i lys av annen relevant forskning, innsikt og erfaring fra andre tilbud hos Ung Kreft, er det liten tvil om at resultatene gir et godt innblikk i unge kreftoverlevers erfaringer med studier og arbeid, utfordringer og suksessfaktorer. De gir også en pekepinn på hva vi trenger mer kunnskap om.



| <b>Kjønn</b>                             | <b>Prosent</b> | <b>Respondenter</b> |
|--|----------------|---------------------|
| Kvinne                                   | 83%            | 123                 |
| Mann                                     | 17%            | 25                  |
| I alt                                    | 100%           | 148                 |
| <b>Hvor gammel er du?</b>                | <b>Prosent</b> | <b>Prosent</b>      |
| 18-24 år                                 | 17%            | 25                  |
| 25-29 år                                 | 34%            | 50                  |
| 30-35 år                                 | 49%            | 73                  |
| I alt                                    | 100%           | 148                 |
| <b>Hvor er du i behandlingsforløpet?</b> | <b>Prosent</b> | <b>Prosent</b>      |
| Under behandling                         | 18%            | 27                  |
| Ferdig for mindre enn fem år siden       | 49%            | 72                  |
| Ferdig for mer enn fem år siden          | 33%            | 49                  |
| I alt                                    | 100%           | 148                 |
| <b>Hvor lenge var du til behandling?</b> | <b>Prosent</b> | <b>Prosent</b>      |
| Under 3 måneder                          | 15%            | 18                  |
| 4-12 måneder                             | 50%            | 60                  |
| Over 1 år                                | 33%            | 40                  |
| Husker ikke/vet ikke                     | 2%             | 3                   |
| I alt                                    | 100%           | 121                 |

Tabell 1: Bakgrunnsvariabler i undersøkelsen

# 3. Kreft og arbeid

Å stå i jobb under sykdom og behandling er krevende for mange. Samtidig vet vi at det å være i jobb eller studier – det å delta sosialt og kjenne at man er til nytte – kan gi en liten pause fra sykdom og behandling. Kreftpasienter går ofte gjennom tøff behandling, og mange må leve med kreftsykdom og/eller sliter med senskader samtidig som de står i jobb og skal opprettholde et sosialt liv. Mange har behov for tilrettelegging og/eller må jobbe redusert kombinert med ytelser som arbeidsavklaringspenger (AAP) eller uføretrygd for å kunne delta i arbeidslivet. Det er god grunn til å tro at arbeidslivet vårt ivaretar ikke godt nok dem som har behov for tilpasninger i arbeidshverdagen på grunn av sykdom eller annen funksjonsnedsettelse. Det bør være mulig for alle å delta og jakte karrieredømmen, selv i en redusert stillingsprosent.

## Endringer i arbeidssituasjonen

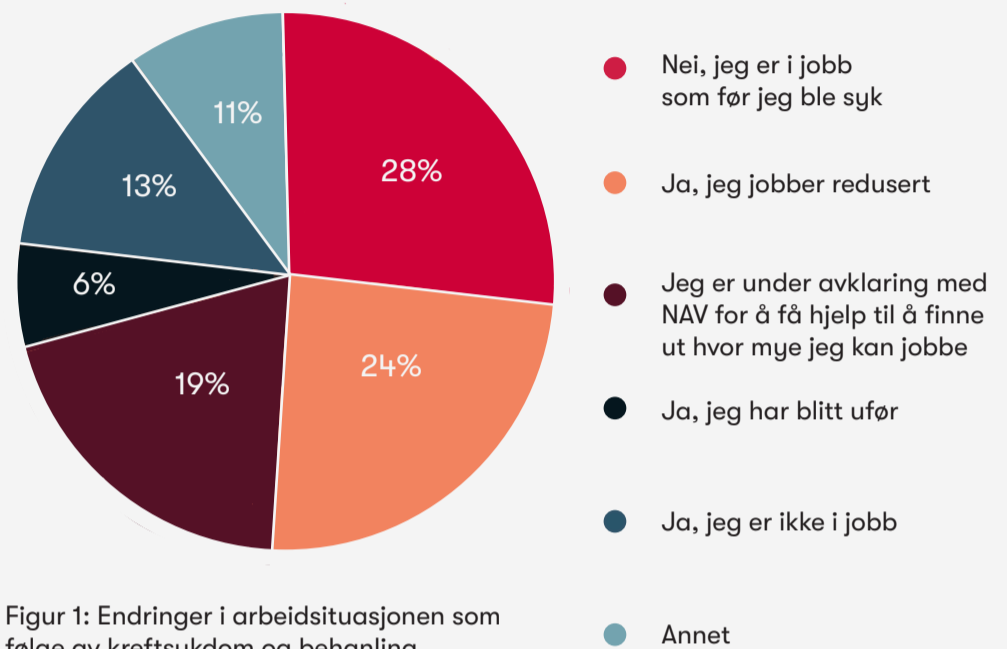
I denne delen ser vi nærmere på endringer i arbeidssituasjonen og erfaringer med tilrettelegging.

Både den fysiske og psykiske delen av arbeidsevnen kan påvirkes av kreftsykdommen, behandlingen og eventuelle senskader. I denne undersøkelsen ser vi at de vanligste utfordringene knyttet til jobb og studier er utmattelse/fatigue og konsentrasjons- og hukommelsesvansker. For flere detaljer se kapittel 6. I denne delen ser vi nærmere på endringer i arbeidssituasjonen og erfaringer med tilrettelegging.

I vår undersøkelse var drøyt halvparten av utvalget i arbeid da de ble syke, mens 2 av 5 svarte at de var under utdanning. Det var mulig å gi flere svar, hvilket forteller oss at det var flere som stod i både arbeid og utdanning da de ble syke, for eksempel student med deltidsjobb. 1 av 5 var verken i arbeid eller utdanning.

For mange kan det å få kreft og gjennomgå kreftbehandling føre til store endringer i arbeidssituasjonen. Som grafikken over viser er kun 3 av 10 av de som var i jobb før de fikk kreft, tilbake i arbeidslivet som før. De øvrige har fått større eller mindre endringer i arbeidssituasjonen.

Helsedirektoratets rapport «Seneffekter etter kreftbehandling» (2020) viser til at i gjennomsnitt 2 av 3 kreftpasienter kommer tilbake i arbeid i løpet av de nærmeste årene etter diagnosen. Andelene er lavere for kvinner, personer med lav utdanning, personer med tungt fysisk arbeid og eldre. I befolkningen generelt jobber kvinner og menn henholdsvis 40 og 10 prosent deltid.



Figur 1: Endringer i arbeidssituasjonen som følge av kreftsykdom og behandling. N= 80

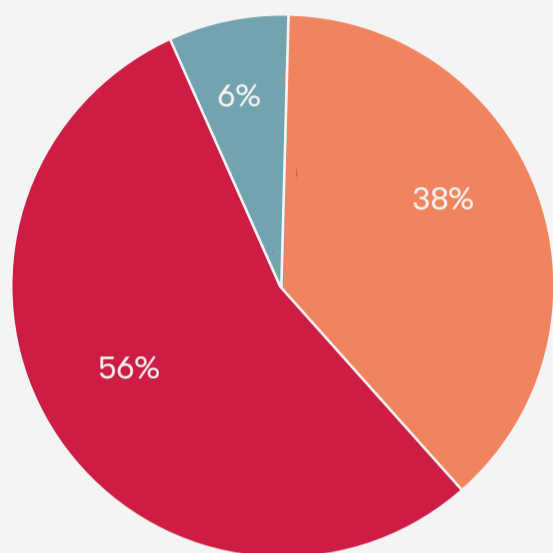
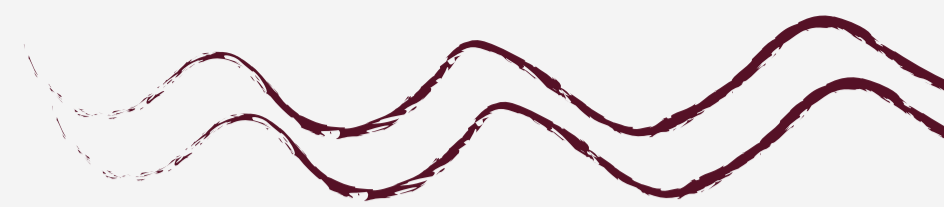
Tilsvarende viser Kreftforeningens pasientforløpsundersøkelse (2022) som ble gjennomført blant 690 personer som har eller har hatt kreft, at flere menn enn kvinner kom tilbake til arbeid etter endt kreftbehandling, og flere kvinner enn menn ble uføre.

Sammenhengen mellom utdanningsnivå, yrke og kjønn ble ikke nærmere undersøkt i vår undersøkelse. Vi kan dermed ikke si i hvilken grad disse mønstrene også gjør seg gjeldende blant yngre kreftoverlevende.

Blant de i vår undersøkelse som er i jobb, svarer nesten 9 av 10 at de er i fast arbeid.

Vi vet at kreftpasienters behandlingsløp ofte strekker seg ut over sykepengeåret. Mange må gjennom lengre arbeidsavklaringsløp, gjerne kombinert med opptrapping i stillingen, før de kommer fullt tilbake til arbeidslivet. Personer som ikke står i arbeid, jobber redusert eller er under avklaring kan naturligvis komme tilbake i arbeidslivet på sikt. Det er imidlertid mange som får endret sin arbeidssituasjon varig eller midlertidig, og dermed må det være relevante tiltak på plass for å møte denne gruppen.





● Ja ● Nei ● Vet ikke/Ikke relevant

Figur 2: Andelen som har endret yrke eller studieretning under og etter kreftbehandling  
N=142

### Endret yrkesretning eller studieretning som følge av kreft

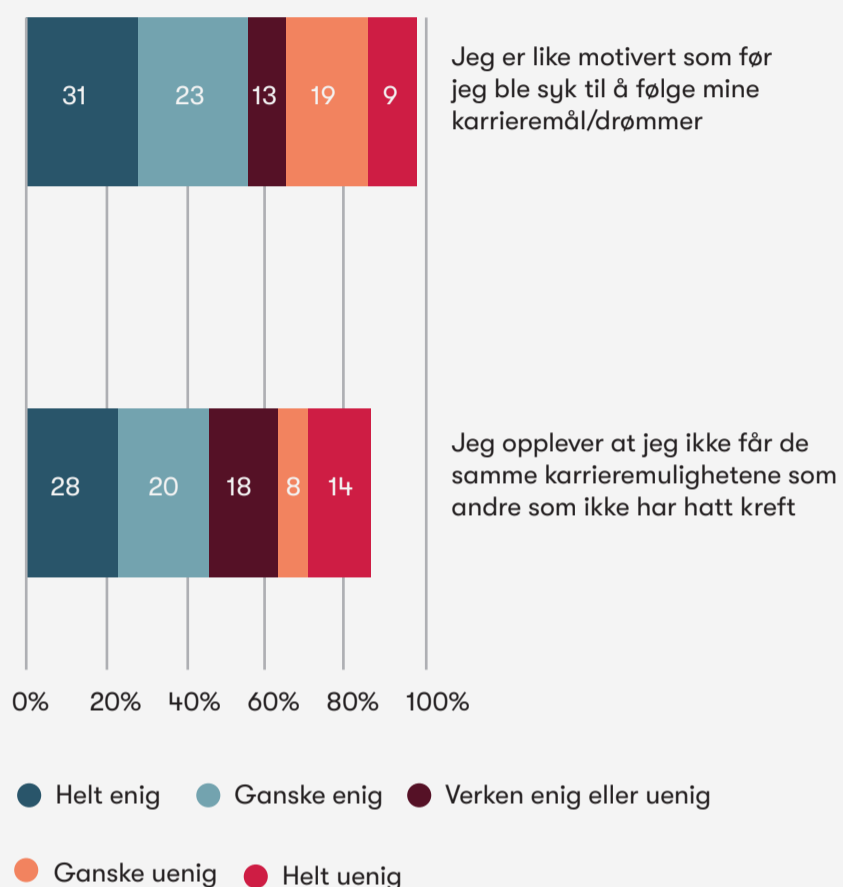
2 av 5 opplyste at de hadde endret yrke eller studieretning underveis eller etter kreftbehandlingen. Av disse har 1 av 5 gjort endringene i samråd med NAV.

Slike endringer kan for noen innebære å måtte gi slipp på en karrieredrøm eller forlate et yrke man trivdes med.

Når det gjelder motivasjon for å følge karrieremål, svarer halvparten at de er like motiverte som før. Like mange svarer at de ikke opplever å få samme karrieremulighet som andre.

### Endret arbeidskapasitet

Respondentene ble også spurt om egenopplevelse av effektivitet i jobben, der «mindre effektiv» siktet til om man trengte lengre tid på oppgaver eller kunne tolerere færre oppgaver enn tidligere. Nesten halvparten opplyste å være like effektive som før. Den andre halvparten opplyste å være mindre effektive enn tidligere ved bruke mer tid på de samme oppgavene, å være like effektiv fordi man jobbet i mindre stillingsprosent eller å ha færre arbeidsoppgaver.

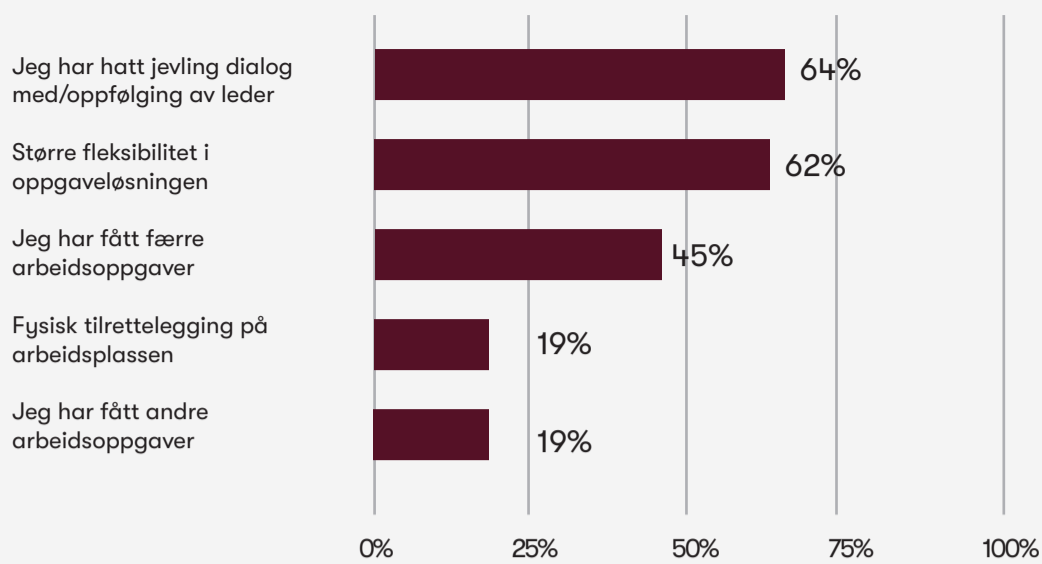


Tabell 2: Utsagn om motivasjon og karrieremuligheter.  
N=148

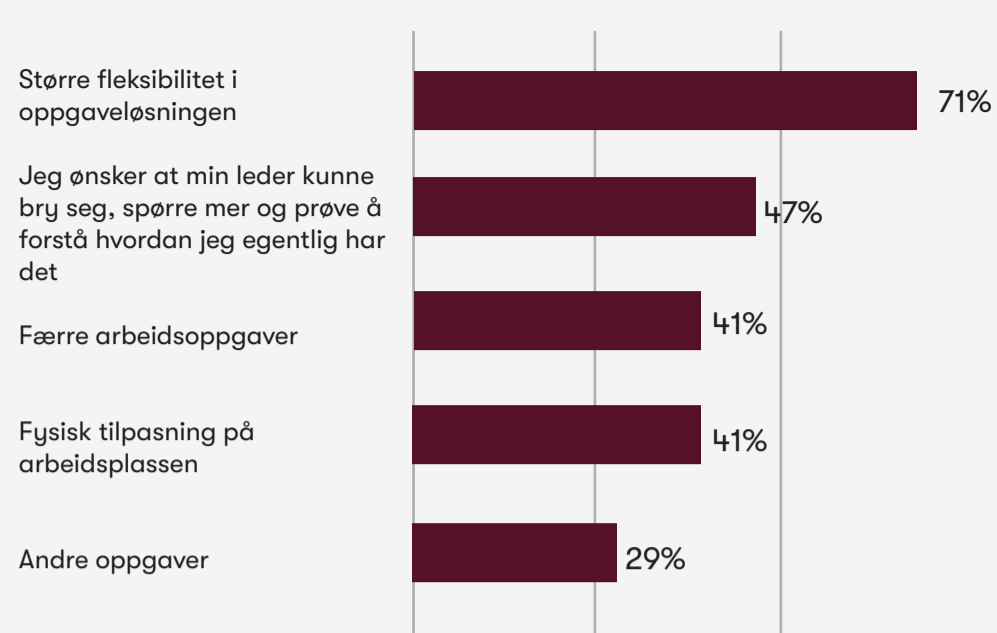
### Behov for tilrettelegging

Det er sannsynlig at yngre arbeidstakere i mindre grad kjenner til hvilke rettigheter de har når det kommer til tilrettelegging, og at flere har en svakere tilknytning til arbeidslivet, sammenliknet med eldre arbeidstakere. Med svakere tilknytning menes ufrivillige deltidsstillinger eller midlertidige stillinger.

Vi har i undersøkelsen ikke sett på utdanningsbakgrunn, yrke eller type stilling – faktorer som åpenbart kan ha betydning for hvor enkelt det er å komme tilbake i jobb og i hvilken grad det er mulig å tilrettelegge, som også rapporten «Arbeid, helse og kreft» (Oslo Economics 2022) slår fast. I mange tilfeller vil det være mer krevende å gå tilbake til en jobb som stiller høye krav til fysisk kapasitet og tilstedeværelse enn til et arbeid som kan utføres på hjemmekontor. God og riktig tilrettelegging krever naturligvis dialog. Drøyt 3 av 5 bekrefter at de har hatt jevnlig dialog med- og oppfølging av leder.



Tabell 3: Andelen som har fått ulike former for tilrettelegging. N=98



Tabell 4: Viser hva de som har hatt behov for tilrettelegging har ønsket seg.

Blant respondentene som, tross behov, ikke hadde fått tilrettelegging, er mer fleksibilitet, som f.eks. mer hjemmekontor og mer fleksibel arbeidstid, det de fleste ønsker seg. Både dette og de øvrige ønskene ser ut til å være ordninger de fleste arbeidsgivere bør kunne imøtekomme.

Brorparten av kommentarene i fritekstfeltet vektlegger også fleksibilitet og dialog med leder. Det er tydelig at forståelse og støtte fra kolleger også er viktig. Mange opplever at kolleger og ledere har for lite kunnskap og forståelse for senskader etter kreft, og at det i sin tur kan resultere i at det stilles urealistiske forventninger til den som har gått gjennom kreftbehandling.

NAV tilbyr en rekke tiltak, som lønnstilskudd, inkluderingstilskudd, hjelpemidler, mentorordning, funksjonsassistanse og mange flere, til de som ønsker å komme tilbake i jobb. I undersøkelsen har vi ikke spurt om bruken av disse. Det hadde imidlertid vært på sin plass å kartlegge i hvilken grad arbeidsgivere har kjennskap og erfaring med bruken av de ulike tiltakene NAV har tilgjengelig for denne gruppen.

### Å stå helt eller delvis utenfor arbeidslivet

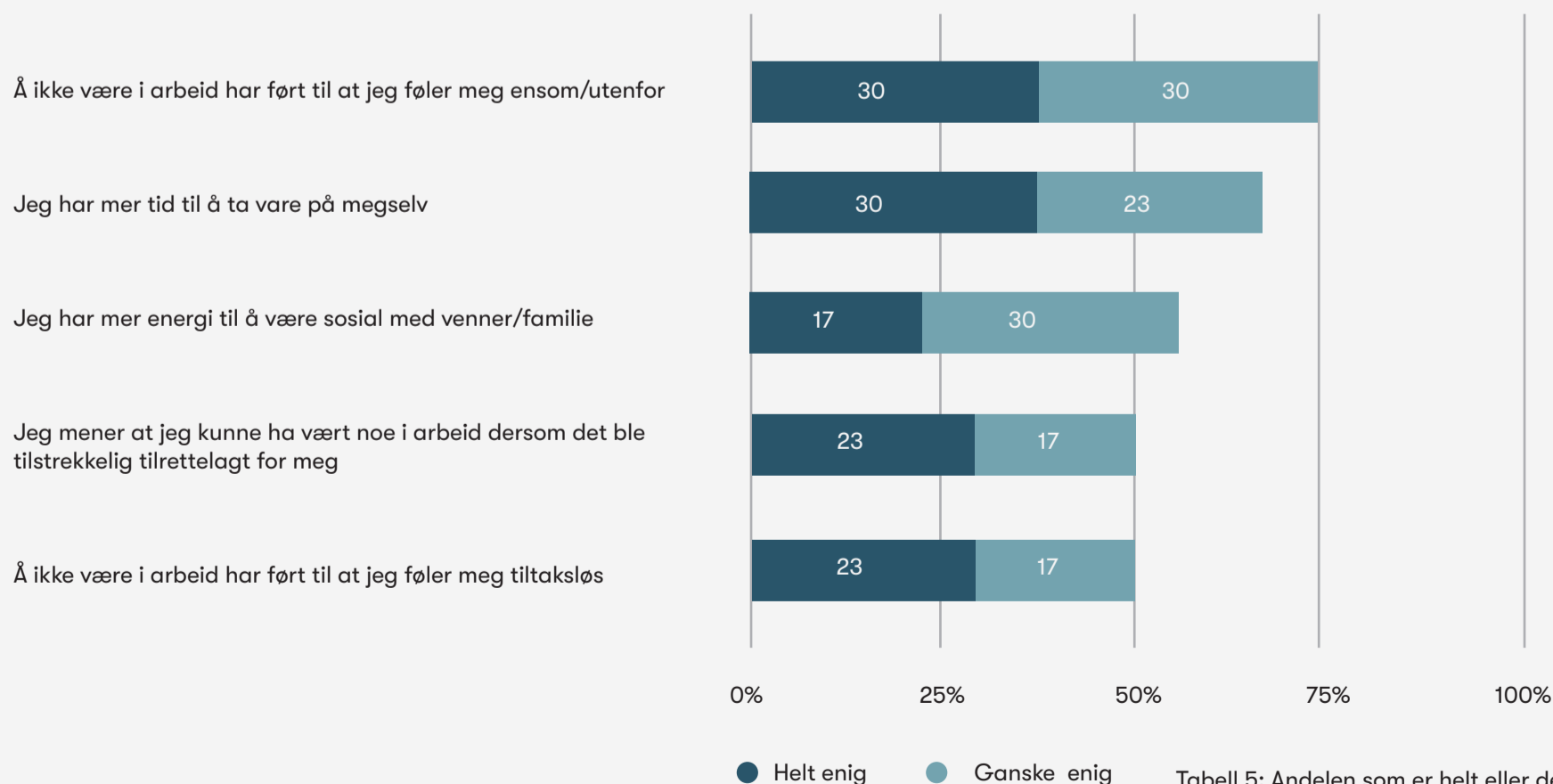
Respondentene som var helt eller delvis utenfor arbeidslivet ble bedt om å ta stilling til ulike utsagn knyttet til det å ikke lenger være i arbeid.

3 av 5 svarte at de var helt eller ganske enige i at det å ikke være i arbeid har ført til at de føler seg ensomme og utenfor. Mange av de som står utenfor arbeidslivet føler seg ensomme og tiltaksløse, mens noen opplever at de har mer energi til seg selv og til sosialisering med venner og familie.

Resultatene viser den store og varierte betydningen arbeidslivet har for livene våre.

Det er verdt å merke seg at om lag 2 av 5 mener at de kunne vært i noe arbeid dersom det ble tilrettelagt for dem.

Mange som ikke jobber eller jobber redusert med arbeidsavklaringspenger, eller til og med er 100 prosent uføre har noe arbeidskapasitet som kunne blitt brukt dersom det ble tilrettelagt godt nok. Det finnes muligheter for tilrettelegging, og vi vet at det mangler arbeidskraft. Ikke alle skal jobbe, men de som har kapasitet og ønsker å jobbe bør få mulighet til det.



Tabell 5: Andelen som er helt eller delvis enig i utsagn om det å stå utenfor arbeidslivet N=30

# 4. Kreftsykdom og studier

I denne delen ser vi nærmere på endringer i studiesituasjonen, behov for og erfaringer med tilrettelegging og i hvilken grad studenter kjenner til rettighetene sine.

## Hvordan påvirket kreftsykdommen studiet?

I vår undersøkelse studerte 2 av 5 da de ble syke. Som figur 3 viser har hele 3 av 4 av disse fått endringer i studiesituasjonen på grunn av kreftsykdommen.

Jeg skammer meg, jeg føler meg ekkel og lite samfunnsnyttig. Hvem vil ansette et ungt talent som har hatt kreft?

## Behov for og erfaringer med tilrettelegging under studie

Behovet for tilrettelegging er stort. 8 av 10 oppgir at de har hatt behov for tilrettelegging i forbindelse med studier. 3 av 10 av de som trengte det, har ikke fått tilrettelegging.

Undersøkelsen sier ikke noe om hva respondentene studerte. Det kan tenkes at behovet og mulighetene for tilrettelegging kan variere noe mellom ulike studier. Tabell 6 viser hvilken type tilrettelegging studentene har fått.

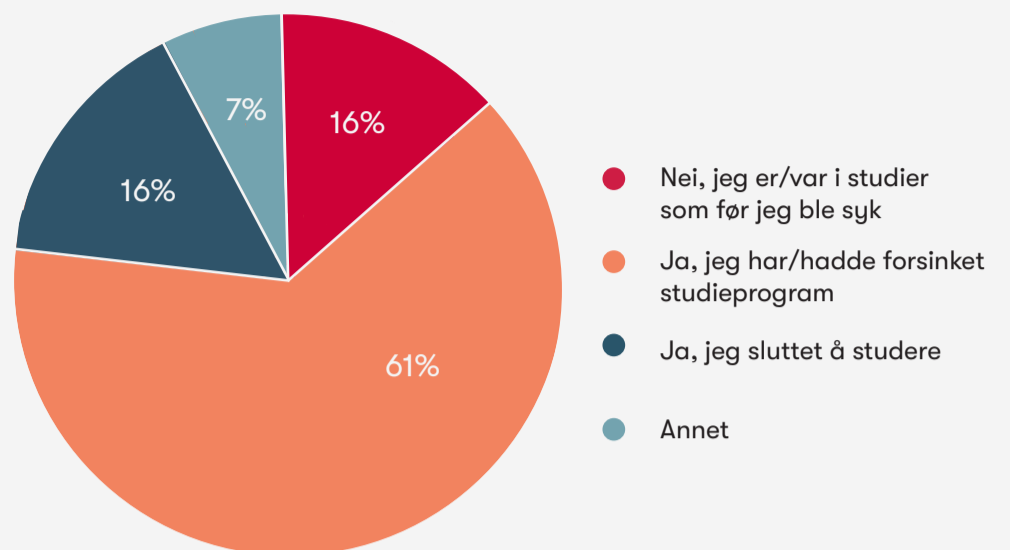
Blant dem som oppgir at de har hatt behov, men ikke har fått tilrettelegging, er det flest som kunne ønsket seg tilrettelegging i forbindelse med eksamen, større fleksibilitet i studiehverdagen og ekstra oppfølging fra lærer/veileder.

## Studentenes kjennskap til rettigheter i forbindelse med sykdom

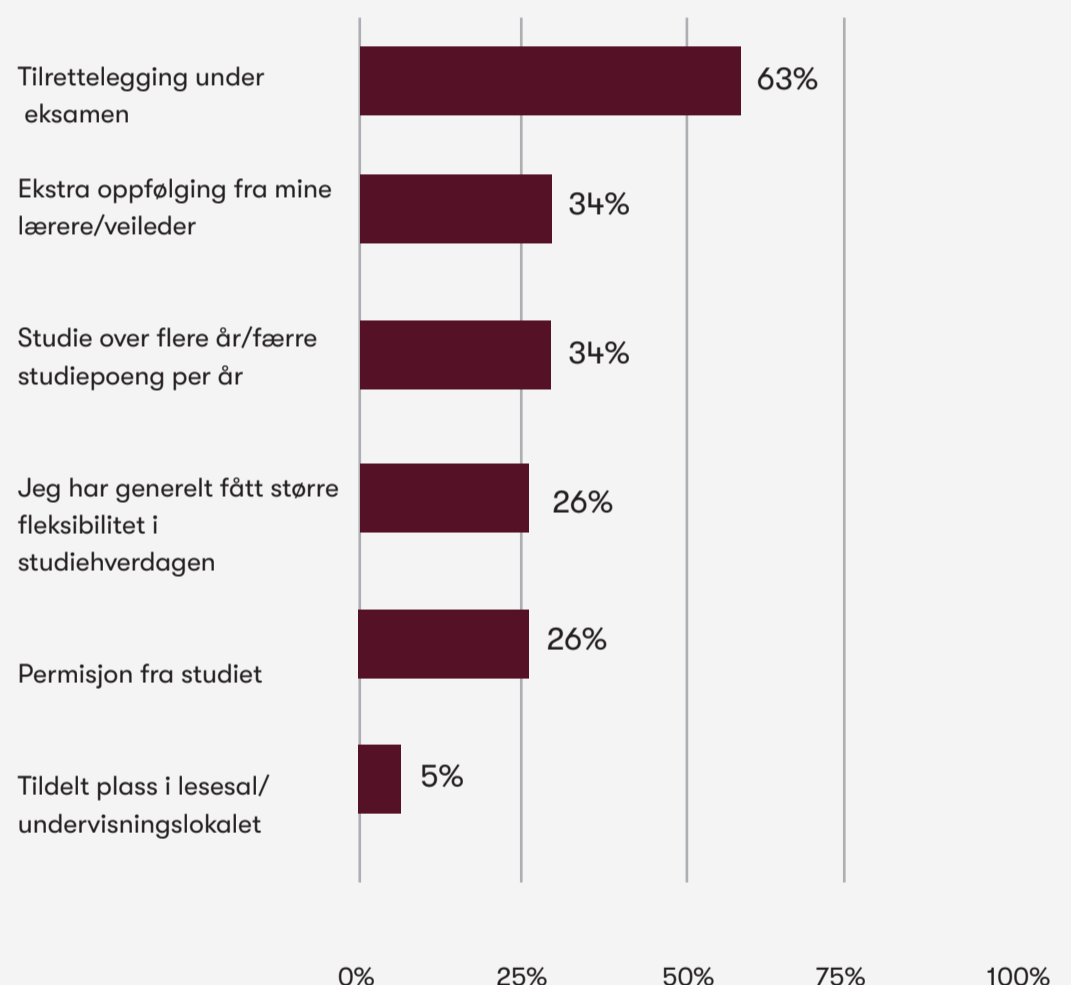
9 av 10 av studentene mangler kjennskap til hvilke rettigheter de har fordi de har blitt syke, så her er det stort rom for forbedring. Siden det er studentene selv som må søke om tilrettelegging, kan manglende kunnskap om hvilke rettigheter og muligheter som finnes, være en av årsakene til mange ikke har fått tilrettelegging. Det er åpenbart viktig at disse ordningene gjøres kjent for studentene. Veiledere i NAV bør også kunne informere om rettigheter i forbindelse med studier.

Utdanningsinstitusjonene har et stort ansvar. Mange har både studieveiledere og studentsamskipnad som skal veilede i spørsmål om studier og helse, både om egne ordninger og rutiner for søknad om tilrettelegging, så vel som trygderettigheter og støtteordninger.

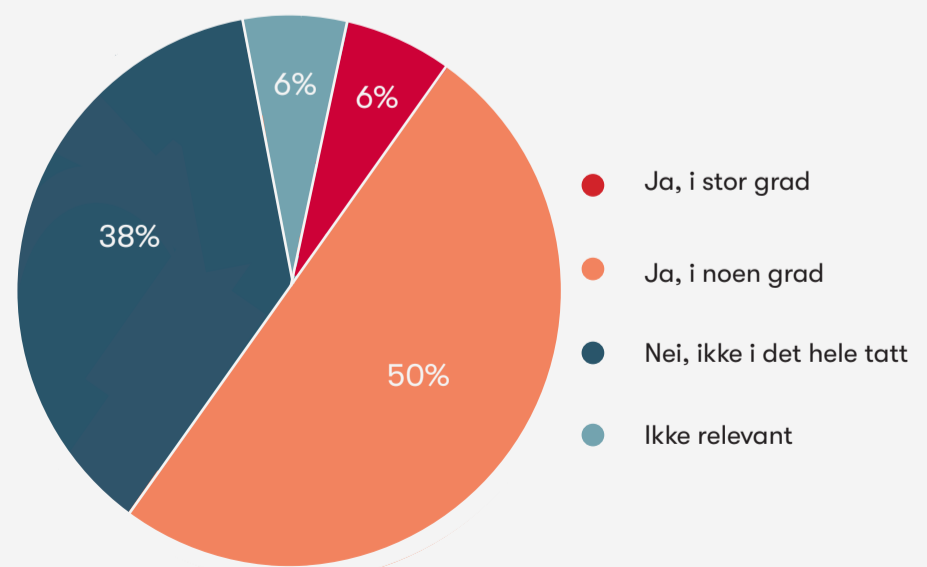
Lånekassen tilbyr også ordninger. Tilleggsstipend kan gis i tilfeller der jobb ved siden av studier er umulig, og sommerstøtte kan gis når det å ta en sommerjobb heller ikke er aktuelt.



Figur 3: Andelen som har opplevd endringer i studiestatus på grunn av kreftsykdom. N= 57



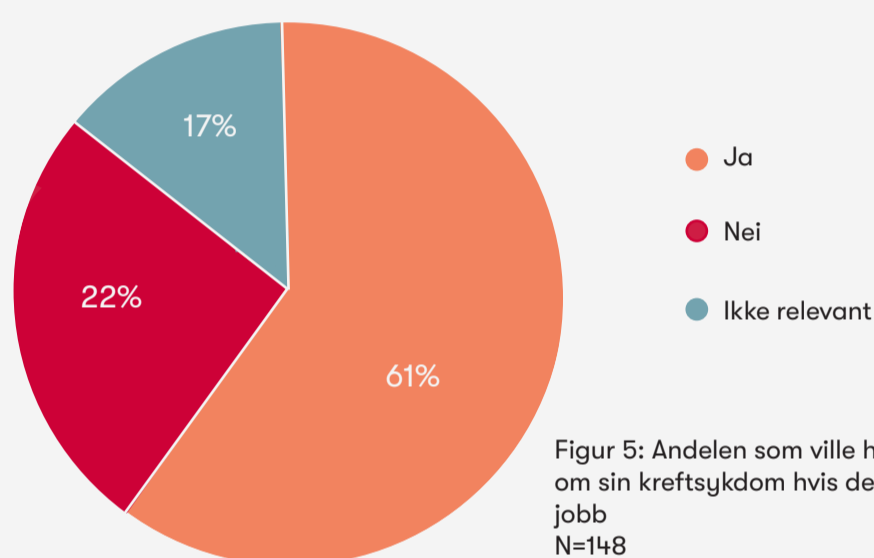
Tabell 6: Hva slags tilrettelegging de har mottatt N=72



Figur 4: I hvilken grad de kjenner til sine rettigheter i forbindelse med sykdom. N=68

# 5. Være åpen om kreft på CV-en?

Ville ikke skrevet det i en søknad, men snakket om det på et evt intervju. Er redd for å bli valgt vekk pga kreftsykdommen hvis jeg skriver det i søknaden. [...]



Figur 5: Andelen som ville ha vært åpen om sin kreftsykdom hvis de skulle søke ny jobb  
N=148

Som figur 5 viser synes godt over halvparten av respondentene at det er naturlig å være åpen om kreftsykdommen dersom de skulle søke ny jobb.

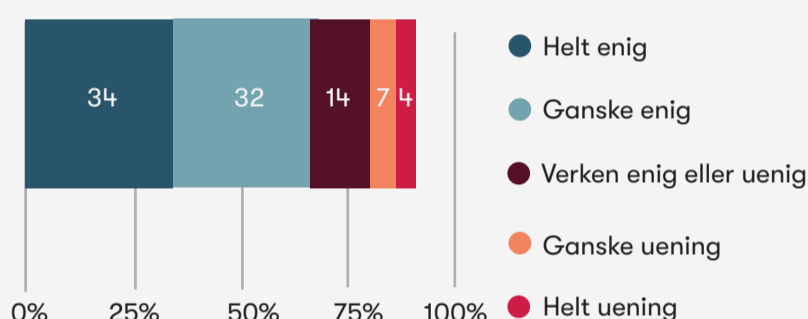
Over halvparten ville vært åpne, særlig ved behov for tilrettelegging og/eller synlige skader, men også fordi man opplever at det gir bedre forståelse fra ledelse og kolleger.

Det er et dilemma for mange jobbsøkere å vurdere hva de skal si til arbeidsgiver om sin kreft. Når man skal si noe om sykdommen, er også noe som skaper stor usikkerhet. På den ene siden er helseinformasjon privat.

På den andre siden er arbeidsmiljøloven tydelig på arbeidstakers opplysningsplikt dersom sykdom og behandling vil kunne påvirke utførelse av arbeid og kreve tilrettelegging.

Har fått avslag som jobbsøker på grunn av sykehistorie.

Mine kollegaer og leder viser forståelse for min situasjon.



Tabell 7: Andelen som opplever at kollegaer og leder har forståelse for situasjonen  
N=68

## Krefterfaring – hull eller gull i CV-en?

Å ha gjennomgått kreftsykdom kan gi verdifull erfaring. Det kan gi økt helsekompetanse og innsikt i helsevesenet. Det er også krevende mentalt, og kan dermed gi stor mestringfølelse og verdifull kompetanse og styrke til å stå i vanskeligheter.

Erfaringer Ung Kreft har fått gjennom møter og henvendelser til rådgivingstjenesten, er at det er store forskjeller mellom yrker når det kommer til å se på sykdom på CV-en som en positiv erfaring eller kun som en belastning. Unge kreftoverlevende som skal jobbe eller jobber innenfor helse, ser i større grad kreft som en positiv erfaring; de ser hva pasienter gjennomgår og usikkerheten de opplever i helse- og velferdssystemet. Mange opplever at sykdomserfaringer gjør dem bedre skikket i jobben. Felles på tvers av yrker er at mange unge kreftoverlevende opplever å ha fått nye egenskaper gjennom sykdomsforløpet som kan bidra positivt inn i arbeidslivet. Mange blir mer målbevisste og tålmodige, bedre på å sette grenser og å håndtere stressende situasjoner. Det er også mange som forteller at hensynet til senskader har gjort dem dyktige til å planlegge.

## Frykt for å bli diskriminert

Mange kommentarer i fritekstfeltet slår fast at man ikke ønsker å være åpen om sin kreftsykdom av frykt for å bli diskriminert. Det er også flere som sier rett ut at de ikke har fått jobb på grunn av sykdom, som i så fall er brudd på arbeidsmiljøloven.

At mange vegrer seg for å være åpen om kreftsykdom, er dermed ikke vanskelig å forstå.

Kreftforeningen og Ung Kreft er bekymret for hvilket arbeidsliv de unge som har blitt rammet av alvorlig sykdom, ser for seg, og i hvilken grad deres frykt for diskriminering er basert på erfaring eller bekymring.

Kommentarene viser at mange ikke måtte fortelle om sykdom, at de sto overfor et valg, men lot være å fortelle i frykt for å ikke få jobben eller bli satset på av arbeidsgiver.

Unge arbeidssøkere som har lite eller ingen arbeidserfaring å vise til, og som heller ikke tør eller evner å bruke sin krefterfaring som en positiv egenskap, kan være ekstra utsatt for å velges bort.

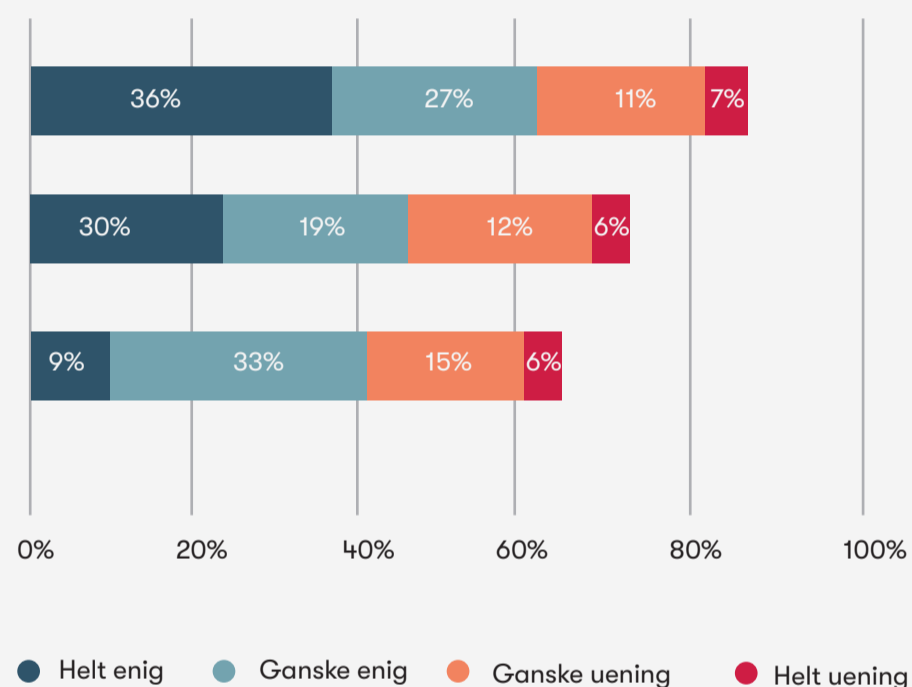
## Identitet og sosial tilknytning til jobben

Mer enn 4 av 5 mener at det å være i arbeid er en viktig del av ens identitet. Det er en tydelig bekreftelse på utgangspunktet for undersøkelsen: Det å høre til og bidra i samfunnet er viktig for de fleste av oss.

Jeg er bekymret for økonomi og/eller pensjon

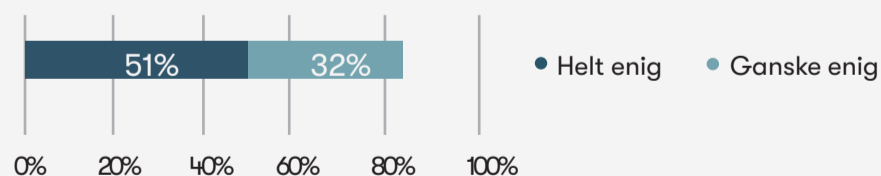
Jeg er redd for at det kan bli vanskelig for meg å finne eller bytte jobb

I Norge har vi gode ordninger for at personer som har eller har hatt kreft skal komme tilbake



Tabell 8: Tanker om fremtiden.  
N=148

Å være i arbeid er en viktig del av min identitet



Tabell 9: Andel som mener at å være i arbeid er en viktig del av egen identitet.  
N=148

# 6. Senskader etter kreft

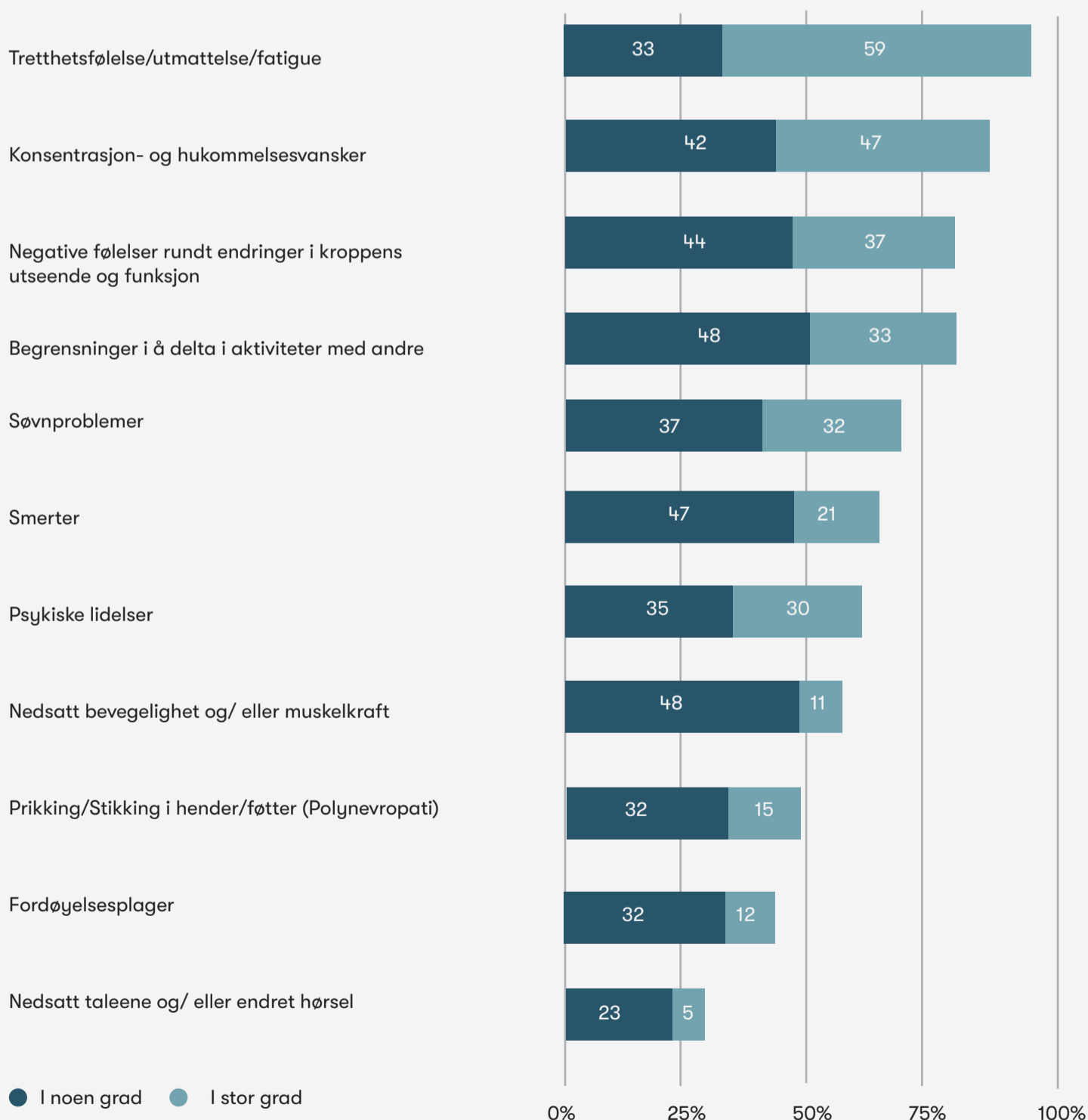
Nasjonal kompetansetjeneste for seneffekter etter kreftbehandling bruker begrepet seneffekter som viser til effekter av somatisk, psykologisk og/eller av sosial art som kan ha ulik alvorlighetsgrad, og ulik grad av innvirkning på den enkeltes liv (2022).

Vår erfaring er at mange unge heller bruker begrepet senskader fordi de mener det er skader de har fått.

I undersøkelsen spurte vi om utfordringer på jobb eller studier knyttet til senskader. Som vi ser i tabell 10 har de aller fleste opplevd utfordringer knyttet til fatigue/utmattelse og konsentrasjons- og

hukommelsesvasker. Mange har også opplevd begrensninger i å delta i aktiviteter med andre, negativt selvbilde, søvnproblemer og smerter.

Tallene viser at en stor del av denne gruppen sliter med varierte senskader som påvirker deres tilknytning til arbeidslivet i større eller mindre grad. Senskadene som nevnes er i liten grad synlige, og arbeidsgivere trenger kunnskap om senskader for å møte dem på en god måte. Det er viktig med mer kunnskap om de «usynlige» senskadene som kommer av kreft, for å kunne møte de unge kreftrammede med forståelse og riktig hjelp og tilrettelegging.



Tabell 10: Andelen som i noen eller i stor grad har opplevd ulike utfordringer.  
N=115

# 7. NAV og andre hjelpetilbud

Det finnes en rekke tilbud/tjenester til kreftpasienter som kan være til hjelp i rehabiliteringen under og etter kreftsykdom, som kan gjøre det enklere å komme tilbake til arbeid eller studier.

## Kjennskap til tilbud

Den som blir alvorlig syk må ta stilling til spørsmål som vil påvirke økonomi, studier og arbeidsliv både på kort og lengre sikt. Det kan være nødvendig å forholde seg til NAV ved for eksempel å søke stønader og følge opp ulike tiltak, holde kontakten med kolleger og arbeidsgiver, lege og studier. Mange må forholde seg til en endret økonomi.

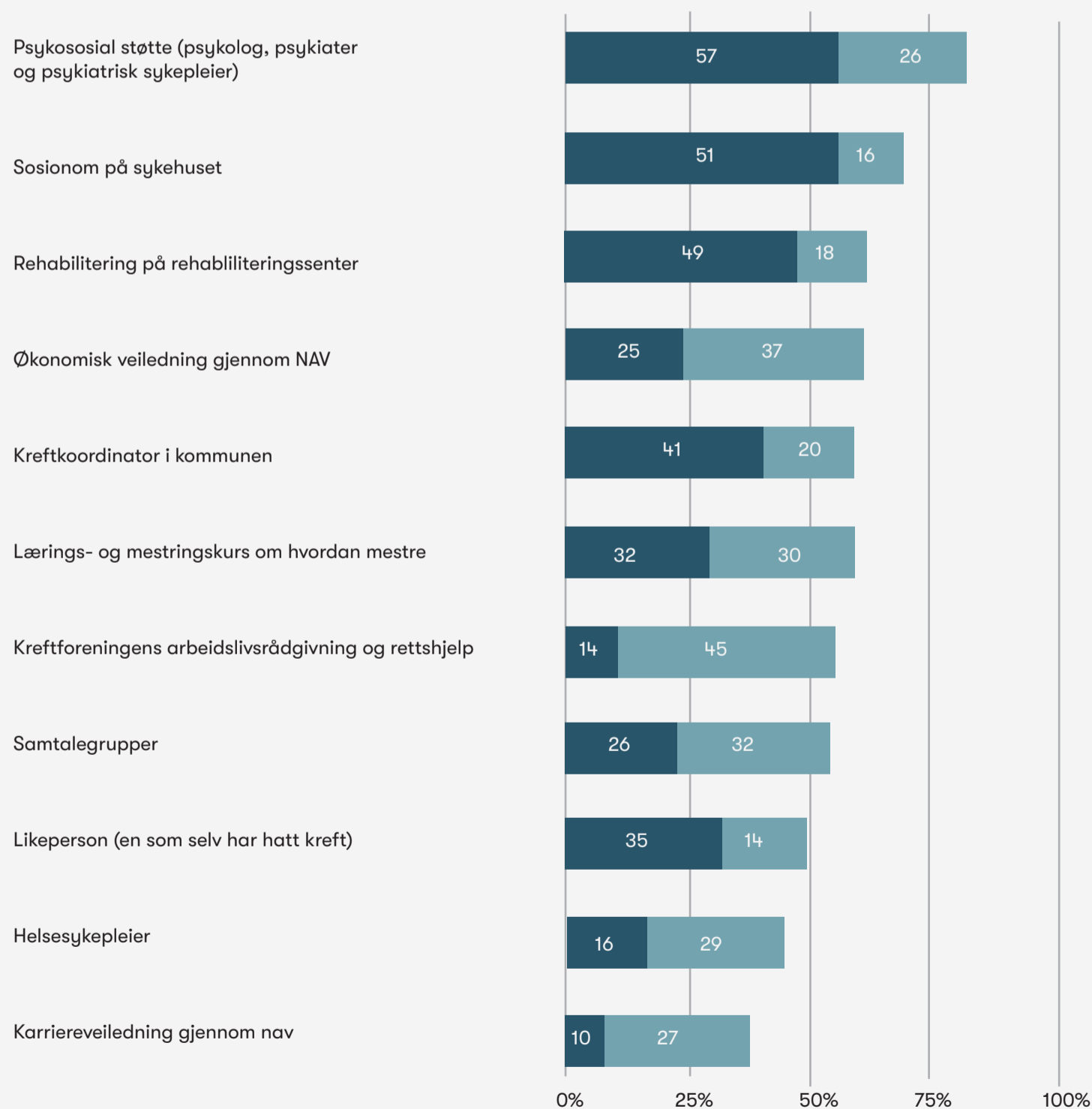
Belastningen med å holde oversikt kan være stor.

Deltagerne i vår undersøkelse ble spurt om kjennskap og behov for ulike tjenester som finnes. Som tabell 11, viser er det stort sprik i kjennskap, behov og bruk av de ulike tjenestene.

Unge kreftpasienter har behov for en rekke tilbud og tjenester fra det offentlige hjelpeapparatet, men tilbudene er ikke godt nok kjent.

Fra Kreftforeningens pasientforløps-undersøkelse vet vi at det er udekkede behov for en rekke tilbud blant kreftpasienter, og det er grunn til å tro at det også gjelder for yngre kreftoverlevende. I vår undersøkelse fant vi også at mange opplever at de ikke får kartlagt sine behov, og at de ikke får tilstrekkelig informasjon om hva som finnes av tilbud.

Ved alvorlig sykdom er det mange unge kreftrammede som opplever at det er vanskelig å ta imot og få med seg beskjeder og informasjon som blir gitt. Mye viktig informasjon kan bli gitt uten at den kreftrammede selv har oppfattet det. Det er derfor viktig at informasjon blir gitt på ulike måter med konkrete eksempler som unge kreftrammede kan relatere sin helsesituasjon til.



Tabell 11: Viser andelen som har hatt behov for ulike tiltak og andelen som mener de kunne hatt behov dersom de kjente til de ulike tiltakene  
N=148

● Har hatt behov for og hørt om ● Har ikke hørt om, men kunne hatt behov

## 8. Viktige tiltak for å stå i eller komme tilbake til arbeid

---

Når vi spør om viktige tiltak for at unge kreftrammede kan stå i eller komme tilbake til arbeid/utdanning etter endt kreftsykdom, er engasjementet stort.

Det unge kreftoverlevende etterspør mest, er mer kunnskap om hvilken effekt kreftbehandling kan ha på både kropp og sinn og hvilke senskader den kan gi. Å være kreftfri betyr ikke at man automatisk er helt frisk. Dette gjelder både hos NAV, arbeidsgivere, kolleger og medstudenter. Bedre tilpasset rehabilitering, tilrettelegging og oppfølging er også ønskelig viktige forutsetninger for arbeids- og studieliv.

Kunnskap!! Alt for få kjenner til ettervirkning av kreft. Fatigue, kognitive plager, vansker med å sette ord på ting, dette må belyses bedre.. Jeg føler med seriøst dum hver dag på jobb, føler at alle tenker jeg er rar fordi jeg sliter med å uttrykke meg, klarer ikke å henge med eller si min mening i samtaler/møter.

En gjennomgående tilbakemelding er at det er for lite kunnskap i NAV og hos arbeidsgivere om konsekvensene av kreft og kreftbehandling. Hele 8 av 10 trekker fram mer kunnskap i NAV og blant arbeidsgivere som det aller viktigste tiltaket for å kunne komme tilbake til studier eller jobb.

Særlig kunnskapen om senskader er mangelfull – mange strever med å forklare og opplever ikke å møte forståelse.

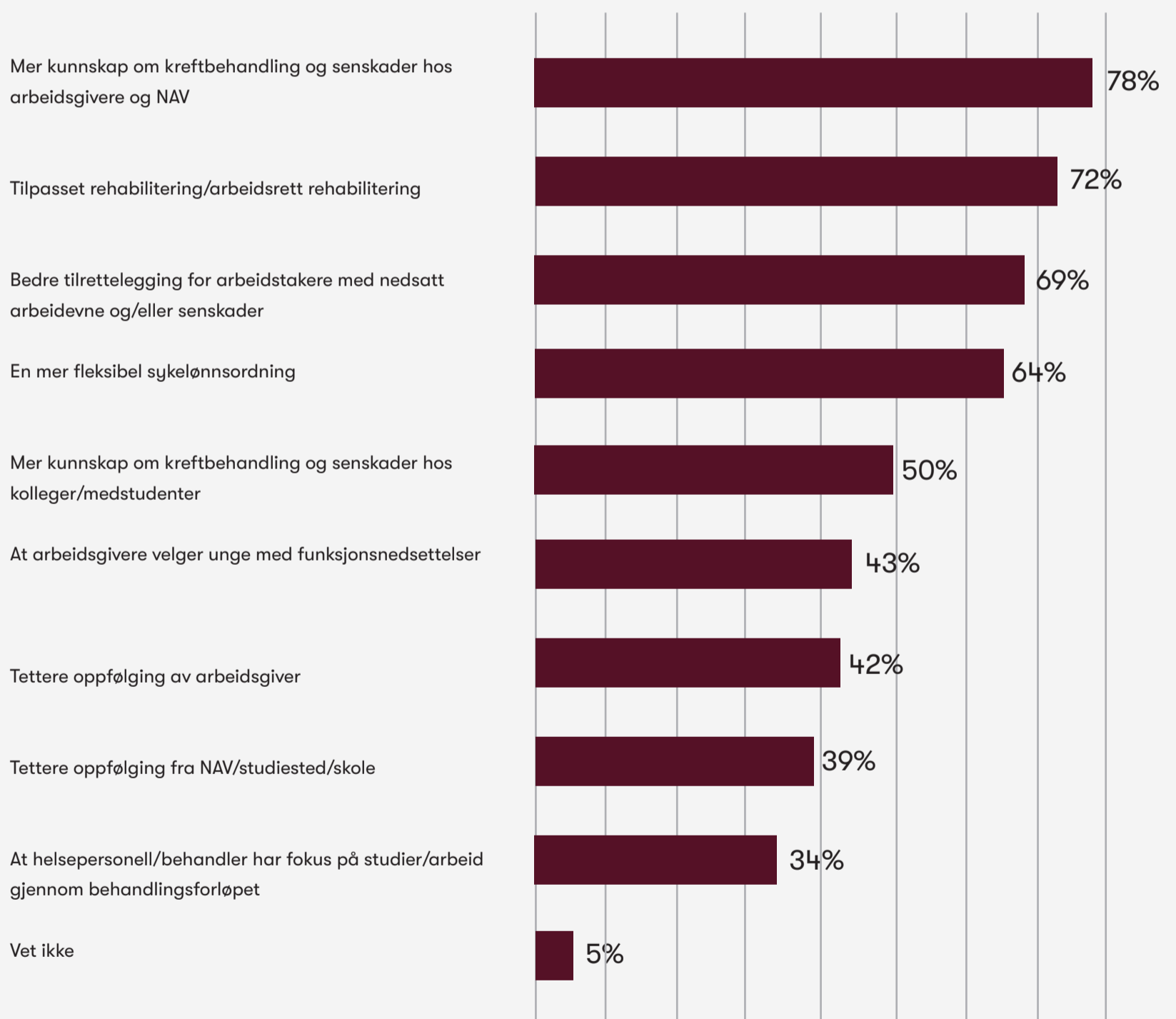
NAV, helsepersonell og arbeidsgiver bør sammen med den kreftrammede finne den beste løsningen. Det er viktig å være tidlig nok i prosessen og skape en persontilpasset arbeidsinkludering.

Ellers nevnes tettere oppfølging fra arbeidsgiver, studiested og NAV, og at arbeidsgivere aktivt velger unge med funksjonsnedsettelse.

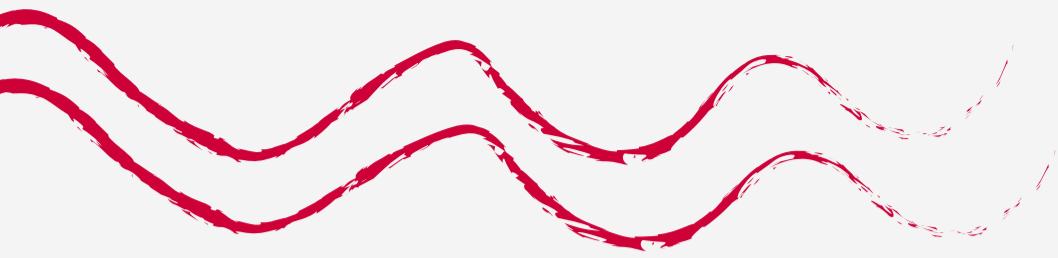
2 av 5 ønsker at helsepersonell er oppmerksomme på studier/arbeid gjennom hele behandlingsløpet.

Samtidig er det viktig å få fram at flere gir uttrykk for at de tross alt føler seg heldige – enten fordi de ikke har så alvorlige senskader, eller fordi de har fått god oppfølging på skole eller arbeidsplass.





Tabell 12: De viktigste tiltakene for å kunne stå i/komme tilbake til studier eller jobb.  
N = 148



# Referanser

---

Helsedirektoratet. Seneffekter etter kreftbehandling. Rapport. 2020.

Kreftforeningen. Pasientforløpsundersøkelsen. 2022

Mellbom, AV. Self-reported late effects and long-term follow-up care among 1889 long-term Norwegian Childhood, Adolescent, and Young Adult Cancer Survivors (the NOR-CAYACS study). Supportive Care in Cancer volume 29, pages2947–2957 (2021)

Nordcan. Comparable cancer statistics for Denmark, Finland, Iceland, Norway, Sweden, the Faroe Islands, and Greenland. <https://nordcan.iarc.fr/en> [Internett] 2022.

Oslo economics. Arbeid, helse og kreft. Rapport. 2022 Statistisk sentralbyrå (SSB) Utdanning. Utdanning (ssb.no). 2022. Utdanning.no: Hvilke rettigheter og muligheter har jeg på studiestedet? | Utdanning.no (25.11.2022)

Vanderaas, K. Fear of cancer recurrence among young adult cancer survivors—exploring long-term contributing factors in a large, population-based cohort. Journal of Cancer Survivorship volume 15, pages497–508. 2021

## Unge med kreft på CV-en

Denne rapporten presenterer barrierer som gjør det vanskelig for unge kreftrammede å studere og/eller jobbe. Rapporten baserer seg på en undersøkelse utført av Ung Kreft og Kreftforeningen. Resultatet synliggjør de største utfordringene og suksesskriteriene for et arbeidsliv som inkluderer unge kreftrammede.

Rapporten er en del av samarbeidsprosjektet [sjuktlustpåjobb.no](https://sjuktlustpajobb.no)

