

# Flere menn legger seg under kniven

**Botox, fjerning av mannepupper, transplantasjon av hår. Flere eksperter advarer mot en kraftig økende trend blant norske menn.**

Åpne deleknapper for artikkelen

- FacebookDel på Facebook
- TwitterDel på Twitter
- EpostSend lenke til artikkelen på epost

19.11.22 07:51 19.11.22 07:51

Solrun Dregelid[Tips meg](#)

Uansett hvor mye han trente, gikk de ikke bort. Mannebrystene Thomas (45) hadde slitt med helt siden han kom i puberteten, vokste med alderen. Dette til tross for at han trente opp både sixpack og muskuløse biceps.

– Jeg hadde nesten like store bryster som kona mi og jeg følte meg veldig lite mandig. Jeg ville at det ytre skulle gjenspeile formen jeg faktisk var i. Det var frustrerende å ikke kunne gjøre noe med det selv, sier 45-åringen.

Han ønsker ikke å stille opp med ansikt og fullt navn.

Etter flere års betenkningstid, tok Thomas kontakt med en plastikk-kirurg for å få redusert brystene. Det er han langt fra alene om.



OPERERTE: – Jeg følte meg veldig lite mandig, sier Thomas (45) som valgte å operere brystene sine. Han ønsker å være anonym. Foto: Oslo Plastikkirurgi

Brystreduksjon er nå den vanligste behandlingen hos menn, melder de største aktørene innen plastikkirurg på spørsmål fra Nettavisen.

Aleris, med sine 13 klinikker, melder om en 38 prosent økning bare fra i fjor til år. 18 prosent av klinikkens plastikkirurgiske pasientene er nå menn.

Dette føyer seg inn i en trend der menn i økende grad fikser på utseendet. Samtlige klinikker Nettavisen har vært i kontakt med, som utfører diverse kosmetiske justeringer, melder om kraftig pågang fra norske menn.

*Se faktaboks for hvem Nettavisen har vært i kontakt med:*

**Menn og økning av kosmetiske behandlinger**

Samtlige av klinikkene Nettavisen har vært i kontakt med bekrefter en kraftig økning i behandling av menn.

- Aleris melder om en 5 prosent økning i andelen menn som utfører plastisk kirurgi fra i fjor til i år. Andelen menn som utfører disse operasjonene er nå oppe i 18 prosent, opplyser administrerende direktør Anita Tunhold. Aleris har 13 avdelinger spredt rundt om i Norge.
- Akademiklinikken, som har totalt syv plastikk-kirurgiske klinikker i Norge, Sverige og Danmark, melder om en 20 prosent økning av menn som utfører plastikk-operasjoner siden starten av korona-pandemien. Menn utgjør nå 11,6 prosent av kundegruppen deres, melder administrerende direktør Frida Goransson.
- Oslo plastikkirurgi melder om en andel av menn på 11 prosent. Hele kundegruppen har økt, både menn og kvinner, opplyser Amin Kalaaji, overlege ved klinikken.
- Nimi klinikken melder om en andel på rundt 10 prosent menn som utfører plastikk-operasjoner. Ifølge Morten H. Haug har denne andelen vært stabil i flere år, men kundegruppen som helhet har økt.
- Antallet klinikker som tilbyr hårtransplantasjon i Oslo har økt fra to prosent i 2016 til fem i 2022. I tillegg reiser et økende antall menn for å få utført hårtransplantasjon i Tyrkia, ifølge Birger Dessingtho i hårklinikken Poseidon.
- Oslo hudpleieklinikk medspa oppgir at 10 prosent av kundegruppen er menn. De forteller om en økning, uten å tallfeste denne.

De vanligste behandlingene, i tillegg til brystreduksjon, er øyelokks-operasjon og neseoperasjon, Botox mellom bryn og hake-operasjoner. Idealet er en fremskutt hake.

– Ikke bare har folk blitt eksponert mer for sitt eget ansikt i digitale møter, men de har også fått mer tid til seg selv og å granske kroppen sin. Det tror jeg kan ha påvirket økningen av alle operasjoner som gjør at menn ser mer mannlige ut, sier dr. Amin Kalaaji ved Oslo plastikkirurgi.



**DIGITAL PÅVIRKNING:** Amin Kalaaji ved Oslo plastikkirurgi tror mange digitale møter påvirker flere menn til å operere seg for å se mer mannlige ut.

Hvor stor andel av norske menn som legger seg under kniven totalt er vanskelig å tallfeste, men SSB gjorde en undersøkelse i 2019 hvor 1 av 100 menn i alle aldre sa de hadde gjennomført en kosmetisk operasjon. I gruppen 45 til 65 år var andelen 2 av 100.



Les også

Lege: – Det er kun tre ting som forebygger hårtap

## Digital åpenhet

En studie publisert i «Psychology of Men and Masculinity» viser at mellom 20 og 40 prosent av menn i alle aldre er misfornøyd med kroppen sin.

Dette, og økningen av operasjoner, tror leder i Mannsforum Arne Børke henger sammen med påvirkning fra kjente ansikt på digitale plattformer.

– Mange i sosiale medier skriver utleverende om inngrep og operasjoner. Vi forventes å se ut som da vi var 30 også etter passert 50, sier han.



**PROMOTERER PLASTIKK-OPERASJONER:** Ex on the Beach-paret Christian Brennhoed og Caroline Nitter er åpen om sine kosmetiske operasjoner og promoterer dem på sosiale medier.

«Ex on The Beach»-paret Cristian Brennhovd (21) og Caroline Nitter (22) er blant dem som åpent forteller om alt fra Botox til tann-fiksing, også når de får disse inngrepene sponset.

Til Nettavisen har de uttalt at de ikke kan la være å dele slike ting i sosiale medier fordi noen kan bli påvirket av det. Makeupartist Erlend Elias er en annen mann som har vært åpen om sine kosmetiske operasjoner. Han lot seg blant annet filme av «God Kveld Norge» da han opererte nesen sin.

## Brutalt datingmarked

En slik åpenhet er en uheldig trend, peker Børke på.

– Unge ser at man kan bli både rik og kjent om man bare fremstår som pen og vellykket nok, mens om man er såkalt «vanlig» av utseende, så er sjansen for å lykkes mindre, sier Børke.

Denne holdningen gjelder også for menn som leter etter en partner på nett. Det ser klinisk psykolog Ivar Mølmen ved klinikken Awakn Clinics. Han jobber med behandling av angst, depresjon og selvbildeproblematikk hos både kvinner og menn.

– Det digitale datingmarkedet er en arena hvor utseendet og bilder bestemmer din verdi ovenfor aktuelle partnere. Dette kan absolutt øke presset på å skulle fremstå best mulig, spesielt når det gjelder utseendet, sier Mølmen som peker på at andelen enslige menn øker, noe som har vært en tydelig trend over år.

Også på jobb øker man konkurransefortrinnet om man ser bra ut.

– Stadig mer tid brukes til digitale møter med bilde av deg selv og alle dine mangler. I timevis ser du en blass digital utgave som aldri var en del av jobbhverdagen før. Det er en rekke studier som viser at attraktive personer blir vurdert som mer kompetente. Så det er mulig å tenke seg at noen ser dette som en investering for å kunne få bedre jobbmuligheter.





BILDER AVGJØR: Datingmarkedet er en arena hvor utseendet og bilder bestemmer din verdi ovenfor aktuelle partnere, sier psykolog Ivar Mølmen.

## **– 50 er det nye 30**

Plastikkirurg Børge Davik tror kundene ønsker å være unge lenger på grunn av endringer i samfunnsutviklingen.

– Litt tabloid sagt kan man si at 50 er det nye 30. Mange 50-åringer er veldig aktive. De er kanskje fremdeles småbarnsforeldre og har en aktiv livsstil, og de ønsker ikke å sitte med kulemage i sofaen. De er opptatt av å ta vare på seg selv både fysisk og estetisk, sier Davik.

Han legger til at økt tilgjengelighet, i tillegg til at de aller fleste har råd til slike operasjoner, gjør at flere velger å operere seg.

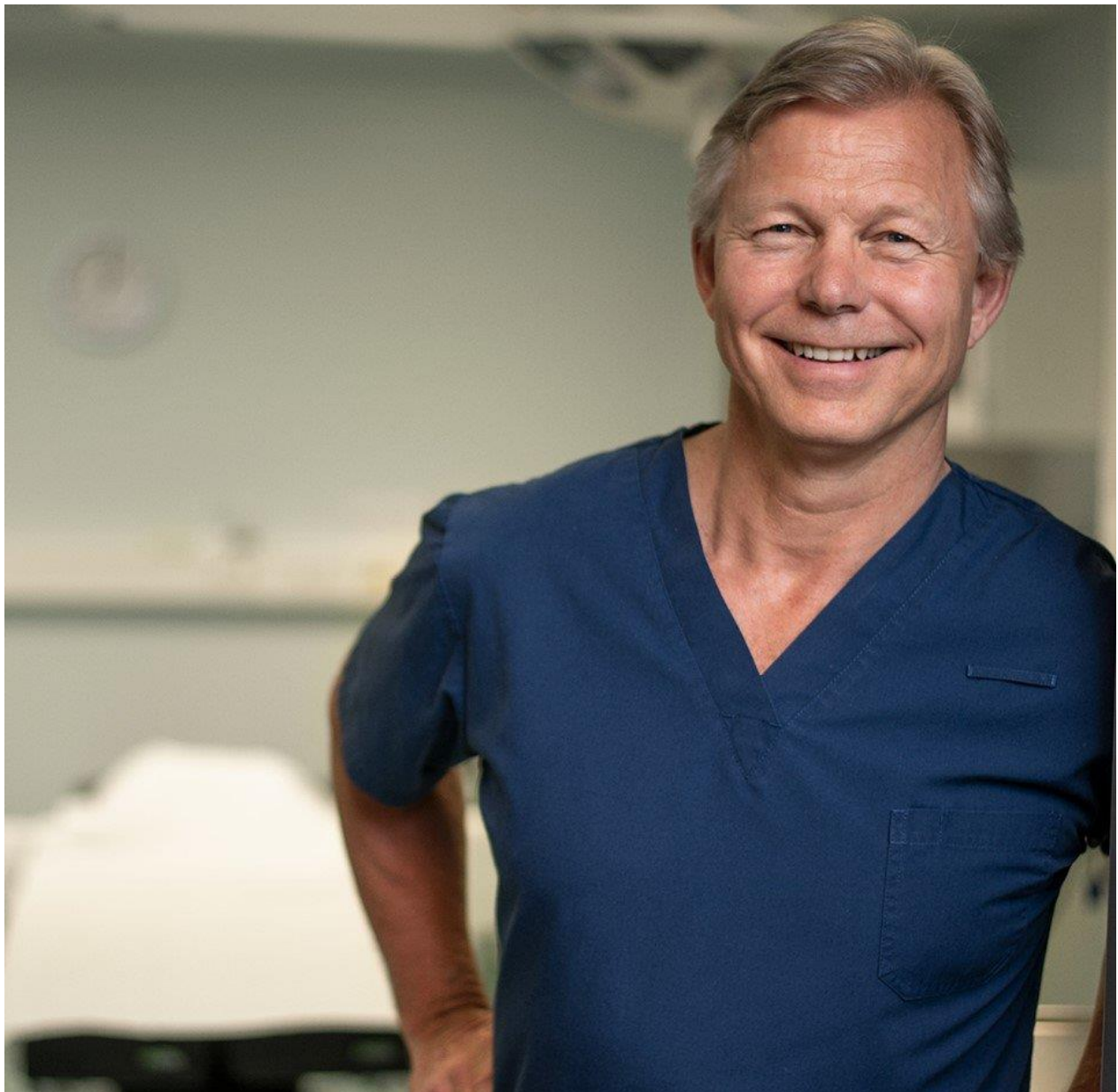
– Jeg vil estimere at bare fem prosent av våre kunder er velstående. Resten er helt vanlige mennesker, som bruker av månedslønnen på operasjon og har tenkt lenge på inngrepet de ønsker å få gjort, sier Davik.

Brystreduksjon for menn kan koste flere titusener.

## Overvekt fører til flere brystoperasjoner

Årsaken til at akkurat antall brystoperasjoner øker kraftig, tror plastikkirurg Morten H. Haug henger sammen med den økende andelen overvektige menn i befolkningen. Det er langt flere overvektige enn normalvektige menn i Norge nå. Bare 23 prosent av norske menn er i dag normalvektige, ifølge Folkehelseinstituttet.

Overvekt kan øke østrogenproduksjonen, som igjen kan føre til mer kjertelvev i brystene.





FLERE MED MANNEBRYST: Plastikkirurg Morten H. Haug mener det er logisk at menn med pupper er økende på grunn av en økende andel overvektige menn i befolkningen.

– Det er naturlig at når gjennomsnittsvekten øker så vil også gynekomasti være økende, sier Haug som estimerer at han har operert rundt 5000 pasienter i løpet av sin plastikkirurg-karriere. Svært mange av dem med gynekomasti.

**– Overvektige menn blir likere og likere kvinner, sier Haug.**

I tillegg peker Haug på at mange menn med gynekomasti har et gen som gjør at fettcellene i brystene blir større enn fettcellene på resten av kroppen.

– Menn kan ikke vite om de har dette genet før de legger på seg og ser at de legger på seg mer på brystene enn ellers på kroppen, sier han.

Mens fettcellene i stor grad er mulig å slanke bort, er det verre å bli kvitt det økte kjertelvevet, peker Haug på. Videre vil overvektige menn som har slanket seg, enten ved hjelp av en slankeoperasjon eller på egen hånd, ofte ha overskuddshud på brystene som de ønsker å få skåret bort. En slik operasjon gir imidlertid større arr en gynekomasti-operasjon.

## **Følte seg finest i dunjakke**

Gynekomasti-opererte Thomas sier han aldri har vært særlig overvektig, men han har testosteronmangel som også er en viktig årsak til gynekomasti.



Les også

300.000 norske menn rammes av tabu-sykdom: Dette er alarm-symptomene

Selv om han fikk testosteron-tilskudd i flere år gjorde heller ikke dette at brystene forsvant. Han følte seg uvel både i bar overkropp og i hvit t-skjorte. Best følte han seg i dunjakke.

– Jeg vet at slike «skavanker» jeg har slitt med er et i-landsproblem, men for meg betydde brystene såpass mye for selvfølelsen at jeg ønsket å gjøre noe med det. Jeg har aldri fått kommentarer på kroppen min fra andre. Det var ene og alene for meg selv jeg tok operasjonen, sier 45-åringen.

Bortsett fra konen, og en kollega som har samme problemet, er det ingen som vet at han har «fikset på utseendet».

– Hvorfor jeg ikke sier det til noen? Nei, jeg vil jo ikke at folk skal vite at jeg har jukset, sier han.



**FOR SELVFØLELSEN:** Thomas sier det var ene og alene for seg selv han tok operasjonen. Dette var seks måneder etterpå. Foto: Oslo Plastikkirurgi.

## **Uoppnåelige idealer**

Selv om gynekomasti kan føles skjemmende, er det ikke farlig. I likhet med Thomas har de fleste ikke behov for operasjon annet enn av kosmetiske årsaker.

At så mange menn likevel velger å operere tror forsker Trine Tetlie Eik-Nes henger sammen med statusen en brystkasse har blant menn. Hun er førsteamanuensis ved NTNU hvor hun forsker på vekt, fedme, spiseforstyrrelser og psykisk helse.



Å ha en brystkasse som Ronaldo og Andrew Tate er det dessverre det stående idealet for mange menn, sier Trine Tetlie Eik-Nes som forsker på vekt, fedme, spiseforstyrrelser og psykisk helse ved NTNU. Foto: Privat

**– Jeg tror helt klart det er en sammenheng mellom økningen av det å ønske en muskulær kropp og økningen av brystoperasjoner blant menn, sier hun.**

En norsk masterstudie konkluderer med at en tredjedel av menn som går på treningsstudio mellom 16 og 40 sliter med bekymringer over at kroppen ikke er muskuløs og fettfri nok, en tilstand som kalles muskeldysmorfi. Eik-Nes sier studien må sees i sammenheng med hvor og på hvem studien har blitt gjennomført.

Forskeren mener det sannsynligvis vil være en opphopning av denne problematikken blant menn på treningsstudio på linje med høyere tall av spiseforstyrrelser blant jenter i visse sportsgrener. Hun viser til studier i Storbritannia som har funnet at rundt ti prosent av mannlige medlemmer av treningsstudio har muskeldysmorfi.

– Å ha en brystkasse som Ronaldo og Andrew Tate er dessverre det stående idealet for mange menn. En stram og muskuløs brystkasse forbindes med maskulinitet. Et ideal som selvsagt er helt uoppnåelig for de aller fleste, men som dessverre fører til et voldsomt stigma for dem som har mannebryst, legger Eik-Nes til.

## **Dårlig selvilde**

Arne Børke i Mannsforum peker dessuten på at økende bruk av anabole steroider gjør presset enda større – og idealene enda vanskeligere å oppnå.

– Mye tyder på at bruken av anabole steroider er økende, men jeg opplever at mediene stiller få kritiske spørsmål til hvordan en del skuespiller kjendiser og andre som har greid å endre kroppen fra normal til hard og full av muskler på kort tid. De hylles istedenfor for denne forbedringen, sier han.







Bruk av anabole steroider kan gi et ytterligere press på å se bra ut, mener Arne Børke, leder i MannsForum Foto: Bjørn Joachimsen

Å jobbe for å oppnå et uoppnåelig kroppsideal får negative konsekvenser for dem det gjelder mener Børke.

– Når utviklingen går mindre i retning av fokus på helse og mer på utseende så uten et kritisk blikk på de negative konsekvensene dette kan ha, spesielt når det gjelder for eksempel anabole steroider, så kan vi få stadig flere unge, men også eldre som får et dårligere selvbylde, sier han.

## **Flytter grensen for stygt og normalt**

Psykolog Mølmen mener at et voksende antall som fikser på utseendet vil endre referansepunktene våre for hva som er normalt utseende.

– Påfallende ansiktstrekk eller fysiske «skavanker» vil bli sjeldnere om kosmetiske inngrep blir utbredt. Dette påvirker hva som kan oppfattes som stygt, pent eller unormalt, sier Mølmen.

Dette mener han kan føre til et sosialt press om å fikse på utseende. Mer alvorlig er imidlertid konsekvensene av å knytte identiteten til utseendet, mener han.

– Dersom man knytter identiteten til noe såpass ustabil og ukontrollerbart som det ytre, gjør det at man kan føle seg utrygg og utsette seg selv for selvkritikk. Videre tror jeg det kan bli svært vanskelig å håndtere det å bli gammel, sier han.

Han peker dessuten på at overdrevent fokus på aspekter ved utseende egentlig kan være uttrykk for følelser som ikke har blitt håndtert.

Thomas legger ikke skjul på at også han har latt seg påvirke av de mange perfekte brystkassene han hele tiden blir eksponert for på digitale flater.

– Som alle andre lar jeg meg selvfølgelig påvirke av slike idealer, og det har kanskje også påvirket meg til å gjennomføre operasjonen på et ubevisst plan. Samtidig har jeg ene og alene gjort dette for å få det bedre med meg selv, og det har jeg oppnådd.



Les også

Gigantisk gjennombrudd: To nye metoder kan gi håret tilbake



Les også

Julian (28) er egentlig skallet: – Det er ikke lenger genene mine som velger når jeg skal miste håret – jeg styrer det selv





Les også

Har du denne senen på underarmen? Da ligger du etter i evolusjonen



Les også

Dette synes menn er mest attraktivt ved kvinner