

Originalartikel

Fra ferielik til fastelavnsboller: en systematisk kortlægning af kageindtaget i en retsmedicinsk hverdag

Oscar Emil Puntervold & Pernille Heimdal Holm

Retspatologisk Afdeling, Retsmedicinsk Institut, Københavns Universitet

Ugeskr Læger 2025;187:V20257. doi: 10.61409/V20257

I Danmark er der tradition for at markere særlige begivenheder med kage eller andre søde sager. Vi er også kendt for begrebet hygge, som bedst kan defineres som varme, fællesskab og gerne noget lækker at spise [1]. Hygge fremmer sociale relationer, også i akademiske og professionelle miljøer, og fungerer som glasur på en travl hverdag. I Sverige findes et beslægtet fænomen – »fika«, som er en næsten obligatorisk pause i arbejdsdagen, hvor kaffe og kage udgør det sociale omdrejningspunkt [2]. Studier har vist, at socialt madindtag, selv i form af den uskyldige kontorkage, kan styrke både samarbejde og trivsel på en arbejdsplads. En artikel fremhæver, at det at dele en kage på arbejdet kan styrke både giveren og modtageren samt have positiv effekt på såvel arbejdsmiljø som mental sundhed [3].

Kage fungerer således ikke kun som sukker, men som kulturelt samlingspunkt og socialt vaniljefyld. Dette kan være særlig vigtigt i sundhedsvæsenet, hvor arbejdet ofte er præget af højt tempo, følelsesmæssig belastning og skæve arbejdstider. Kagen kan her indtage en rolle som energikilde, trøst eller belønning. Kagen kan simpelthen være en slags sukkerbaseret førstehjælp. På visse afdelinger optræder kage som fast punkt på dagsordenen til møder eller undervisning, og alt fra fødselsdage til færdiggjorte ph.d.-projekter, fra jubilæer til spontane øjeblikke udgør valide anledninger til kageindtag.

På Retspatologisk Afdeling (RPA) i København, hvor livets barske realiteter og afslutning er daglig rutine, synes behovet for søde pauser at være særlig udtalt. Denne undersøgelse søgte derfor at kortlægge kageforekomsten over et år med fokus på hyppighed, kagetyper og anledninger. Målet var at afdække strukturer i afdelingens sukkerindtag og vurdere, om der findes potentiale for optimering af kagekulturen. Eller sagt med andre ord: Får vi nok kage?

Metode

Studiet er observationelt, hvor data er indsamlet på RPA, Retsmedicinsk Institut, Københavns Universitet (KU). Afdelingen beskæftiger omtrent 70 medarbejdere, herunder 32 læger og 2 sygeplejersker. Derudover inkluderer personalet retsmedicinske teknikere, lægesekretærer, forskningsmedarbejdere, administrative medarbejdere og obduktionsassistenter (medicinstuderende). De fleste arbejder inden for almindelig arbejdstid på hverdage (kl. 8-16), mens én til to læger og en retsmedicinsk tekniker har vagt dagligt og kan tilkaldes på alle tidspunkter af døgnet, også i weekenden.

Afdelingens sociale epicenter er frokoststuen på første sal, som benyttes af stort set alle medarbejdere med

undtagelse af teknikerne, der primært opholder sig i stueetagen.

Dataindsamlingen blev gennemført i perioden 1. januar 2024 til 31. december 2024. Data blev indsamlet ved selvsobservationer i frokoststuen, uformelle rundspørger blandt medarbejdere samt monitorering af interne e-mails. Tre personer deltog i dataindsamlingen for at sikre en så komplet dataindsamling som muligt.

Observationerne blev registreret i et Excel-ark med følgende variabler: dato, kagetype, anledning, ugedag, og om kagen var anmeldt på forhånd via mail. Anledning blev efterfølgende kategoriseret i grupperne: fødselsdage, fejring (f.eks. speciallægeanerkendelse, artikelpublicering), arbejdsrelaterede begivenheder (f.eks. nytårskur, møder, tjenesterejser, undervisning), ferie og helligdage, og »bare fordi«, som bl.a. inkluderede solskin, det er onsdag eller rester fra øvrige dage. Kagetyperne blev opdelt i slik, traditionelle kager, is, salte snacks, frugt, morgenbrød (f.eks. wienerbrød), chokolade og andet (f.eks. fastelavnsboller, flødeboller og småkager).

Statistik

Til at opgøre kagedata i perioden blev der anvendt standard deskriptiv statistik. Antal og procentfordelinger blev beregnet for hverdage, kagetyper, anledninger, og om kagen var anmeldt på mail. χ^2 -test blev anvendt til at udregne forskelle mellem ugedage i frekvensen af kage indtaget. Resultaterne blev illustreret grafisk med lagkagediagrammer for kagetype og anledning samt et kurvediagram over kagedage fordelt på hverdage og månedligt for 2024.

Al databehandling og visualisering blev udført i R-version 4.5.0 (The R Foundation for Statistical Computing, Wien, Østrig).

Resultater

Undersøgelsen afslørede, at RPA har styr på de søde sager. Ud af den samlede mængde arbejdsdage i undersøgelsesperioden blev der serveret kage på 50,8% af dagene, mens 49,2% forblev helt kagefri. Kun 33,1% af kagerne var forud annonceret via interne mails, hvilket betyder, at to tredjedele af afdelingens sukkerindtag foregår enten som faste elementer i den daglige rutine eller som mere spontane, uanmeldte lækkerier.

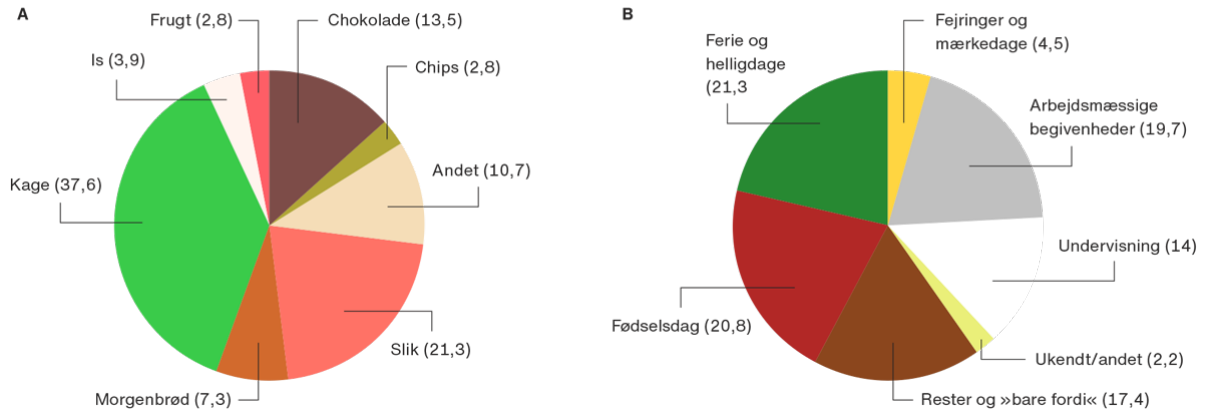
Tabel 1 viser fordelingen af kagedage på ugedage. Der var ikke signifikant forskel på fordelingen af kagerne på hverdagene ($\chi^2(4) = 8,12; p = 0,09$), dog havde torsdag den højeste andel af kager (25,8%). Ser man bort fra torsdagen, ligger mandag og fredag højt, hvilket muligvis kan forklares med weekendrelaterede fejring og et behov for opstartstrøst. Tirsdag og onsdag er mere moderate, onsdagen er ofte dagen med »bare fordi«-kage, fordi solen skinner, eller fordi det er midt på ugen (Tabel 1).

TABEL 1 Baselineoversigt over kagedata på arbejdsdage (mandag-fredag), opdelt i parametrene ugedag, kagetype, anledning og e-mailforvarsel.

Parametre	n (%)
<i>Ugedag</i>	
Mandag	37 (20,8)
Tirsdag	26 (14,6)
Onsdag	28 (15,7)
Torsdag	46 (25,8)
Fredag	41 (23)
<i>Kagetype</i>	
Andet	19 (10,7)
Chips	5 (2,8)
Chokolade	24 (13,5)
Frugt	5 (2,8)
Is	7 (3,9)
Kage	67 (37,6)
Morgenbrød	13 (7,3)
Slik	38 (21,3)
<i>Anledning</i>	
Arbejds-mæssige begivenheder	35 (19,7)
Fejringer og mærkedage	8 (4,5)
Ferie og helligdage	38 (21,3)
Fødselsdag	37 (20,8)
Rester og »bare fordi«	31 (17,4)
Ukendt/andet	4 (2,2)
Undervisning	25 (14)
<i>E-mailforvarsel</i>	
Ja	59 (33,1)
Nej	119 (66,9)
Total	178 (100)

Figur 1 A illustrerer de forskellige typer af søde sager. Her kan man se, at de traditionelle kager fortsat er i høj kurs sammen med slik og chokolade, som er nemme at medbringe til mange. Frugt og salte snacks er velkomne, men bliver medbragt i mindre grad på afdelingen.

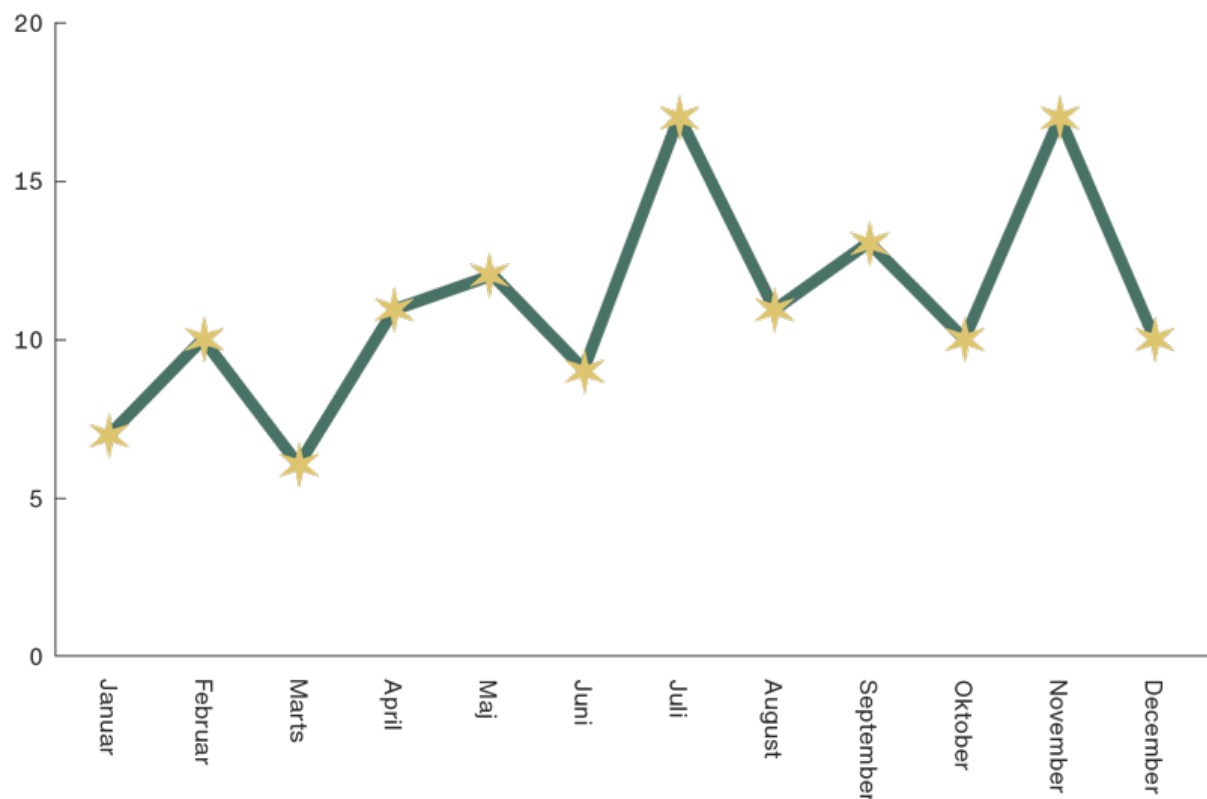
FIGUR 1 Lagkagediagrammer over kagesituationen (%). **A.** Typer af serverede søde sager. **B.** Anledninger for servering.



Figur 1 B viser de forskellige anledninger til kage, herunder fødselsdage, fejring, arbejdsrelaterede begivenheder og spontane »bare fordi«-øjeblikke, hvor fordelingen af anledningerne skønnes ligeligt fordelt på nær en mindre andel af »fejring og mærkedage« og »ukendt/andet«.

Som det fremgår af **Figur 2**, toppe juli og november med 17 kagedage, mens marts ligger lavt med kun seks kagedage, som kunne være et udtryk for postfastelavnsdepression. I gennemsnit blev der serveret kage 11 arbejdsdage om måneden, hvilket svarer til ca. hver anden arbejdsdag.

FIGUR 2 Antal dage (y-aksen) med kage fordelt på året 2024 (x-aksen).



Analyserer man i stedet kagefrie perioder i træk, var gennemsnittet 2,75 dage (rækkevidde: 1-14 dage). Det

længste kagefrie interval på 14 dage faldt i januar måned.

Diskussion

Resultaterne fra denne undersøgelse viser, at der er flere arbejdsdage med kage end uden, hvilket må siges at være en sød overraskelse. Hvis man skal besøge RPA, KU, kan man med fordel vælge en mandag, torsdag eller fredag, hvor man højst sandsynligt kan støde på en traditionel kage i anledning af en arbejdsmæssig begivenhed. Man skal dog undlade at planlægge sine møder på afdelingen i marts måned, som er ualmindeligt tør og helt uden glasur på toppen.

I en spørgeskemaundersøgelse af »workplace cake culture« af *Walker* mente 83% af de adspurgte, at kage »muntrer folk op«, og 81% oplevede, at det »bringer folk sammen«. Samtidig pegede artiklen dog på, at 38% mente, at kage gjorde det sværere at spise sundt, og 31% rapporterede vægtøgning som følge af kontorkage [4]. Det rejser spørgsmålet, om kagekultur trods sin sociale funktion og evne til at højne trivlsen også kan udgøre en underkendt sundhedsrisiko. Det gælder især i miljøer med højt stressniveau og uregelmæssige arbejdstider som i sundhedsvæsenet og på en retsmedicinsk afdeling, hvor der kan være et stort behov for hurtig energi og sukkerfix. Dette studie har været rent observationelt og inkluderer ikke spørgeskemadata om medarbejdernes tilfredshed med kagefrekvensen, kagetyper eller kvalitet. Det er derfor ikke muligt at konkludere, om kagekulturen opfattes som en kærkommen pause eller en kalorietung byrde. Selv om rygter på afdelingen lyder, at der har været nogen bekymring om, at selve igangsættelsen af en sådan kortlægning kunne resultere i et nedsat kageindtag på afdelingen.

Traditionelle fejring og arbejdsmæssige begivenheder udgjorde de største anledninger til kage, men også ferie og spontane »bare fordi«-øjeblikke bidrog til en betydelig andel af det samlede kageudbud. Dette kan tolkes som en form for dagligdags mikrobetønning, som en modvægt til arbejdets alvor, stress og følelsesmæssige tyngde. Det understøtter *Walkers* pointe om, at kage kan fungere som en moralsk booster på arbejdspladsen og fremme produktiviteten, men måske også som en potentiel modspiller til sundhedsinitiativer, hvis ikke kulturen balanceres [4].

Der er for nylig indført ugentlig frugt til alle medarbejderne på institutniveau. Fremtidige studier bør derfor ikke kun kortlægge kagetyper (frugt vs. kage) og anledninger, men også undersøge, om der findes en form for optimal frekvens for kageindtag, som både tilgodeser fællesskabet og folkesundheden, nu hvor frugt er tilgængelig allerede. I studiet fra *Walker et al.* [5] peger over 90% på, at en frekvens på én dag om ugen for kage er optimalt, og det ville derfor være interessant i fremtidige studier at undersøge, hvorvidt kage hver anden dag er tilfredsstillende inden for danske standarder.

Udbud af kage på afdelingen blev kun anmeldt i ca. en tredjedel af tilfældene. Grundene herfor er ukendte; det kan både dreje sig om at ville holde kagen for sig selv eller bekymring om at spamme med e-mails. Det bør dog nævnes, at anledningerne som lægernes faste torsdagsundervisning sjældent vil give anledning til en mail, da kage er en fast forudsætning for denne undervisning. Det rejser dog spørgsmål om, hvad der er effektiv og fair kagekommunikation på en afdeling, enkeltes kageprivilegier, og om der bør indføres en officiel akkrediteret kageprocedure på afdelingen for at afhjælpe dette.

Studiets begrænsninger inkluderer mulig manglende dataindsamling på enkelte dage, hvor kagen simpelthen kan være forsvundet så hurtigt, at den ikke har været til stede ved observationstidspunktet. Det kan skyldes ekstremt effektiv kagekonsumering eller fraværende dataindsamlere. Studiets styrke ligger til gengæld i den systematiske indsamling af data over et år, hvilket giver et solidt grundlag for at vurdere kagekulturens omfang og variation. Individuelt indtag af kage og søde sager er dog ikke medtaget, ligesom interne møder for specifikke medarbejdergrupper heller ikke er inkluderet i denne opskrift. Det betyder, at visse kageforekomster kan være

gået under radaren.

Derudover må en vis grad af bias antages, idet de retsmedicinske teknikere i stueetagen sjældent deltog i frokoststuens kagefællesskab, til trods for at de er særdeles kompetente kagespisere. Det er uvist, om dette skyldes manglende anmeldelse af kagen, fysisk afstand eller kulturelle forskelle. Eller om det drejer sig om en aktiv modstand mod fællesskabet, en form for kageisolation, eller at de simpelthen ikke ønsker at dele den kage, som de kommer i besiddelse af. Vores studie har ikke data til at understøtte mulige forklaringer på dette. Fremtidige studier kunne med fordel inkludere etnografiske feltstudier i stueetagen med fokus på kageadgang, kageadfærd og eventuelle underliggende kagekonflikter.

Konklusion

Resultaterne fra dette studie viser, at kage ikke blot er en sød detalje i hverdagen, men en struktureret, nærmest institutionel del af livet på en travl afdeling. Med kagelækkerier på over halvdelen af arbejdsdagene og torsdagsundervisningen som en fast flødeskumstop på ugens program tegner der sig et billede af en arbejdsplads, hvor sukker fungerer som det sociale smør imellem medarbejderne. Resultaterne tyder på, at kage spiller en central rolle i hverdagen som copingmekanisme, fællesskab og energibooster i en hverdag præget af alvor, døgnvagter og døden. Kagekulturen synes at være både spontan og strukturel, og funktionen er mere end bare et sukkerfix.

Fremtidige studier bør undersøge, om der findes en optimal kagefrekvens, der balancerer trivsel og tandstatus. Derudover bør det undersøges grundigt, om både frugtordninger og kageprocedurer kan sameksistere i et evidensbaseret snackmiljø, hvor sundhed, hygge og medarbejdernes trivsel er på dagsordenen.

Korrespondance *Oscar Emil Puntervold*. E-mail: oscar.puntervold@sund.ku.dk

Antaget 5. november 2025

Publiceret på ugeskriftet.dk 8. december 2025

Interessekonflikter OMP og PHH oplyser økonomisk støtte fra eller interesse i Københavns Universitet. Alle forfattere har indsendt ICMJE Form for Disclosure of Potential Conflicts of Interest. Disse er tilgængelige sammen med artiklen på ugeskriftet.dk

Taksigelse *Marina Rasmussen*, Retspatologisk Afdeling, Københavns Universitet, takkes for dataindsamling

Referencer findes i artiklen publiceret på ugeskriftet.dk

Artikelreference *Ugeskr Læger* 2025;187:V20257

doi [10.61409/V20257](https://doi.org/10.61409/V20257)

Open Access under Creative Commons License [CC BY-NC-ND 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

SUMMARY

Christmas article: From holiday candy to carnival buns: A systematic mapping of cake consumption in a forensic daily routine

Introduction: Cake and sweets are often the icing on the workday. Cake is often believed to enhance social cohesion, well-being, and blood glucose levels in the workplace. Against this background, this study aimed to systematically slice through a year of cake intake at a Danish forensic pathology department.

Methods: To achieve this, cake events were logged in all of 2024. Variables included date, cake type, occasion, weekday, and whether the cake was announced in advance via e-mail. Descriptive statistics and chi-square tests

were used for analysis.

Results: Cake was served on 50.8% of workdays, indicating a regular rhythm of cake and non-cake days. Only 33.1% of cake events were announced in advance, introducing an element of surprise. Thursdays were peak cake days, possibly due to scheduled teaching. July and November tied for the most cake occasions (17 days each), while March was notably low in sugar (6 days). Traditional cakes, candy, and chocolate were the most common types of treats. Most events were justified by birthdays or work-related occasions.

Conclusions: Taken together, these findings suggest that cake plays a vital role in the department's culture, serving both as comfort and an energy booster in a demanding work environment. The frequency of cake days suggests a semi-formalised, perhaps institutionalised, culture of cake. Future research should address the balance between workplace well-being and nutrition, the role of fruit as a debated alternative, and whether official cake procedures are now warranted.

Funding: Entirely cake-based.

Trial registration: None.

REFERENCER

1. Nielsen TW, Ma J. Examining the social characteristics underpinning Danish 'hygge' and their implications for promoting togetherness in multicultural education. *Multicultural Education Review*. 2021;13(2):179-189. <https://doi.org/10.1080/2005615X.2021.1919964>
2. Hotson E. Is this the sweet secret to Swedish success? *BBC Worklife*, 12. januar 2016. <https://www.bbc.com/worklife/article/20160112-in-sweden-you-have-to-stop-work-to-chat:%7E:text=Fika%2C%20a%20Swedish%20custom%20where,to%20eat%20coffee%20and%20cake> (20. aug 2025)
3. Why eating at work is important—even the odd slice of cake. City St George's, University of London, februar 2023. <https://www.citystgeorges.ac.uk/news-and-events/news/2023/02/why-eating-work-important-even-odd-slice-cake> (20. aug 2025)
4. Collaborating for Health. Workplace cake culture: health risk or sociable morale booster? C3 Collaborating for Health. <https://www.c3health.org/workplace-cake-culture-health-risk-sociable-morale-booster> (20. aug 2025)
5. Walker L, Flannery O. Office cake culture: an exploration of its characteristics and associated behaviours and attitudes among UK office workers and implications for workplace health. *Proceedings of the Nutrition Society*. 2019;78(OCE1):E26. <https://doi.org/10.1017/S0029665119000302>
- 6.
7. TABEL 1 Baselineoversigt over kagedata på arbejdsdage (mandag-fredag), opdelt i parametrene ugedag, kagetype, anledning og e-mailforvarsel.
8. Parametre
9. n (%)
10. *Ugedag*
11. Mandag
12. 37 (20,8)
13. Tirsdag
14. 26 (14,6)
15. Onsdag
16. 28 (15,7)
17. Torsdag
18. 46 (25,8)
19. Fredag
20. 41 (23)

21. *Kagetype*
22. Andet
23. 19 (10,7)
24. Chips
25. 5 (2,8)
26. Chokolade
27. 24 (13,5)
28. Frugt
29. 5 (2,8)
30. Is
31. 7 (3,9)
32. Kage
33. 67 (37,6)
34. Morgenbrød
35. 13 (7,3)
36. Slik
37. 38 (21,3)
38. *Anledning*
39. Arbejds-mæssige begivenheder
40. 35 (19,7)
41. Fejringer og mærkedage
42. 8 (4,5)
43. Ferie og helligdage
44. 38 (21,3)
45. Fødselsdag
46. 37 (20,8)
47. Rester og »bare fordi«
48. 31 (17,4)
49. Ukendt/andet
50. 4 (2,2)
51. Undervisning
52. 25 (14)
53. *E-mailforvarsel*
54. Ja
55. 59 (33,1)
56. Nej
57. 119 (66,9)
58. Total
59. 178 (100)
- 60.
61. *FIGUR 1 Lagkagediagrammer over kagesituationen (%). A. Typer af serverede søde sager. B. Anledninger for servering.*
62. AB
63. Til grafiker:
64. Punktummerne skal være kommaer.
65. Procenttegnene skal slettes.
66. »bare fordi«
- 67.

68. FIGUR 2 Antal dage (y-aksen) med kage fordelt på året 2024 (x-aksen).
69. Til grafiker: Punktummer skal være kommaer.