



Tidsskriftet  
DEN NORSKE LEGEFORENING

# Om kropp, helse og det å være ung

---

## ANMELDELSER

JOHANNE SUNDBY

Professor, Universitetet i Oslo

---



Kari Løvendahl Mogstad

Kroppsklemma

Hvordan være trygge og gode voksne for barn og unge i et kroppsfiksert samfunn. 240 s, ill.  
Oslo: Cappelen Damm, 2017. Pris NOK 379

ISBN 978-82-02-52470-8

Mogstad er lege og fembarnsmor. Hun har en allmennlegepraksis der en stor andel av pasientene er ungdom. *Kroppsklemma* henvender seg til foreldre og voksne som har med ungdom å gjøre. I den er det samlet en del kunnskap om kropp, helse (især mental helse) og samfunnsendringer. Den er etterrettelig og strukturert, med gode og relevante referanser, slik man forventer av en fagbok.

Men den inneholder også pasienthistorier, refleksjoner over egne erfaringer som forelder og observasjoner i det moderne landskapet – og medier, spesielt sosiale medier, bringes frem i lyset.

Mange unge bruker mye tid og krefter på å leve opp til eksterne idealer omkring kropp, utseende og prestasjoner – så mye at mange blir syke og ulykkelige av strevet. Forfatteren peker på en del mulige årsaker til at det er blitt slik: medieskapt uopnåelige idealer, gruppepress, pornografi og «lydige» leger som bidrar med operasjoner og råd som ikke alltid er velbegrunnet. Noen ungdommer bruker slanking, trening, doping, kosttilskudd, psykofarmaka, selektive dietter og operasjoner for å oppnå sine mål. Ungdom slites mellom de lokale kulturene, de internettbaserte normene, skolens krav og foreldrenes noe uklare meldinger. Jeg savner kanskje mest klare beskrivelser av dem som står imot dette og vokser

opp med god identitet og realistiske selvvurderinger. De finnes også!

Redigeringen kan være litt overtydelig – det starter med forord og takk og introduksjon. Det er mer spennende å gå rett på kapitlet *Sykt skjønn barn*. «Forfatteregenmeldingen» kunne vært bakerst. Det er mange spennende kapitler: om mat og kropp, skam, sunt og usunt og «kroppsshopping», det er en stor introduksjon til ungdommenes sosiale medieverden, søvnforstyrrelser og dataspill, og årsaker til den økte kroppsfokuseringen tas opp. Her er det mye spennende kunnskap.

Siste del er mer en foreldreveiledning, med mange råd. Sånn sett er dette en slags selvhjelpsbok for foreldre, både bra og litt snusfornuftig.

*Kroppsklemma* er lite «politisk» i tonen. Mange steder er det gode og tunge argumenter i en sak, f.eks. om pornografi, som så senere slås i hjel av en slags på-den-ene-siden-og-på-den-andre-siden-argumentasjon. Denne tvetydigheten som av og til slår igjennom, er kanskje svakheten. Hvis man skal skape en alternativ kultur blant ungdom når det kommersielle presset er så enormt, bør man kanskje ha enda klarere analyser av drivkrefter og retninger.

Som kunnskapsoppsummering av helsespørsmål som står sentralt for unge i dag er boken god, faglig tung og viktig. Allmennleger og helsesøstre, lærere og ungdomsledere kan godt lese den og få mer kunnskap om hvordan det står til i ungdomskulturen. Som bruksbok for foreldre/voksne i en uoversiktlig medie- og virkelighetskultur er jeg litt mer usikker på om den treffer helt. Dagens unge skal snart bli voksne selv. *Kroppsklemma* kunne med fordel ha vært rettet enda mer inn mot den målgruppen.

---

Publisert: 18. september 2017. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.17.0504  
© Tidsskrift for Den norske legeforening 2020. Lastet ned fra tidsskriftet.no