

nyttige for den som søker sin første innføring i ulike grep og spesifikke tester ved den fysikalske undersøkelsen av ryggen, inklusive enkle nevrologiske tester på den segmentale innervasjonen av ekstremitetsmuskler. Andre vil finne et stort antall av tegningene selvsynlig og unødvendige. En av mine innvendinger er at mange av de anatomiske tegningene er upresise og gir til dels feilaktige inntrykk. For eksempel viser tegningen på bokens forside gale proporsjoner når det gjelder ryggtaggenes lengde, form og stilling i de ulike avsnittene av columna. Mer alvorlig er det at mellomvirvelskivene angis å være like høye i alle avsnitt av columna. I den ytterst kortfattede beskrivelsen av virvelsøylen anatomi nøyer forfatterne seg med å si at mellomvirvelskivene tjener som støtputer. Ikke ett ord om deres betydning for bevegeligheten i de ulike ryggavsnitt. Bueleddenes stilling blir heller ikke vektlagt, noe som kanskje forklarer hvorfor forfatterne beskriver at bevegelsesutslagene i torakalcolumna er de samme og like uttalte som i lumbalcolumna. Ja, tegningene som viser hvor store de ulike bevegelsesutslagene er i henholdsvis torakal- og lumbalcolumna, er til og med identiske.

Forfatterne angir ingen steder hvor sensitive eller spesifikke de ulike spesialtestene er.

Beskrivelsen av virkningen av de ulike muskler er meget summarisk og delvis mangelfull. Angivelsen av den segmentale innervasjonen er også stedvis upresis. Bruken av uttrykk som «sensory dermatomes» er heller ikke tillitvekkende.

På bakgrunn av forfatternes utvilsomme kliniske kompetanse er det faglige utbyttet av kompendiet etter min mening overraskende tynt. Og så prisen da!

Eric Rinvik

Avdeling for anatomi
Universitetet i Oslo

Hyllest til skjærgården og havet

Inge og Bent Skauen

Åpen horisont

En bok om havpadling. 123 s, ill. Herøy:
Havnomaden, 2004. Pris NOK 290
ISBN 82-997034-0-9



Boken er forfattet med entusiasme, og med kjærlighet til padlingen og havet. Gjennom en rekke korte kapitler får vi en beskrivelse av forfatternes mange padleturer langs Norges vakre kyst. Uten at man føler at

det blir for privat, blir man som leser nærmest tatt med i kajakk og får ta del i deres

forberedelser og opplevelser. Vi er med på turer i ytre Oslofjord, Båhuslän, Grenland, Sørlandskysten, Rogaland og ikke minst på Helgelandskysten og i Lofoten.

Språket er et lett og ledig. I enkelte parter skinner det riktignok igjennom at den ene forfatteren er dansk, men det er bare sjarmerende. Med stort format, tiltalende layout og typografi, og med tilnærmet elegant bruk av bildematerialet, er det en lekker bok som presenteres. Lettlest som den er, kunne man egentlig bli fort ferdig med den. Men man griper seg i stadig å dvele ved flere av kapitlene, lese noe om igjen. Ikke minst lar man seg fascinere av bildene. Svært mange av dem er glimrende. Forfatterne står for de fleste av dem, og de avslører seg som dyktige fotografer, med blikk for motivet og det vesentlige i komposeringen av et bilde. Spesielt er utvelgelsen av oppslags- og helsidebildene vellykket. Få, om noen, reiselivspublikasjoner er bedre.

Dette er en hyllest til det frie, ukompliserte liv, slik man kan oppleve det i samspill med naturen. «Padlingen har for oss blitt en livsstil – en lidenskap – en måte vi kan leve nær hverandre på, og samtidig ha frihet i hver vår kajakk.» Her er det sjøen, havet, i sine forskjellige faser som lokker.

Dette er ikke ment å være en instruksjonsbok, like fullt gir den mange tips til vordende og selv til garvede turpadlere, for eksempel om å kle kajakk innvendig med liggeunderlag, som isolerer mot kulden høst og vinter og forhindrer gnagsår på hælene ved barbeintpadling om sommeren. Og fjellstøvler på langturer kan være gode å ha når terrenget rundt leirplassen skal utforskes. Når det er kaldt, gir et lite reinskinn på setet god varme. Det gis råd om klær til all slags vær. Det understrekes hvor viktig det er å lære seg å lese sjøens og været karakter. Se på skyformasjoner og merke seg vindretning og -styrke. Enkle midler som kart og kompass fremheves som viktig. Kommer tåken sigende, må man være rask med å ta ut kompasskursen. Flytevest er en selvfølge. Sikkerhet er første bud. Hvorvidt vinterpadling er forenlig med sikkerhet, vil vel være opp til den enkelte å ta stilling til. Det er imidlertid ingen tvil om at forfatterne har hatt store og fine opplevelser under sine padleturer vinterstid.

Fremstillingen kan virke noe springende med de mange kapitlene, men den er jo heller ingen vanlig reiseskildring. Den formidler like mye forfatternes indre opplevelser av stedene de besøker, som direkte å beskrive dem. Som leser får man et ønske om selv å kunne oppsøke og oppleve disse naturperlene. Derfor er det for en båtentusiast et lite savn at boken ikke inneholder nærmere tur-/rutebeskrivelser – hvor det f.eks. er landgangsmuligheter – kartskisser etc. Et tillegg med et lite knippe av turene ville hevet boken ytterligere. Eller er det

slik at de to padleentusiastene pirrer oss, for allikevel å ville beholde sitt paradys for seg selv?

Knut Ødegaard
Bærum Roklubb

Steinar Amundsen
Bærum Kajakkklubb

Samtalen som forandringsinstrument

William R. Miller, Stephen Rollnick

Motivationssamtalen

268 s, ill. København: Hans Reitzels forlag,
2004. Pris DKK 298
ISBN 87-412-2384-5



Den tradisjonelle dialogen mellom legen og pasienten preges av at legen ønsker informasjon for å kunne gi råd og beslutte behandling. Legen spør, pasienten svarer, legen vurderer og beslutter. Pasienten tar imot råd og eventu-

tuell behandling. Dette er en lite effektiv form for kommunikasjon dersom målet er at pasienten skal eller må forandre atferd, skriver forfatterne av denne boken som er to fremtredende forskere og klinikere fra England og USA.

På bakgrunn av lang behandlingserfaring med pasienter med rusmiddelproblemer sammen med klinisk forskning har de utviklet en samtaleform som sikter mot forståelse og endringsberedskap. Metoden er ikke bare nyttig innen dette behandlingsområdet mener dem. En lang rekke mer eller mindre kroniske sykdommer av betydning for livsstil og atferd preges av at pasienten i liten grad gjør som legen sier – og kanskje ikke forteller det legen oppfatter som den hele og fulle sannhet. Det kan gjelde diabetes, hypertensjon, vektproblemer, smerte-problemer, seksuelle problemer, samlivsvansker og mange andre tilstander og reaksjoner.

Når legen – eller psykologen og andre terapeuter – stiller sine spørsmål slik at det oppleves som forhør eller uten tilstrekkelig empati, vil pasientene snevre inn sin selvforståelse, lukke for det som øker uro og selvusikkerhet og ofte søke ly i kjente roller. Det er ikke legen, men pasienten som skal forandre seg, skriver forfatterne. Det er derfor pasienten som må få ny forståelse, pasienten som må undersøke sin egen tvil og pasienten som må oppdage uhensiktsmessige sider av egen atferd.

Dette skjer ikke ved faktainnhentende og konfronterende samtaleformer skriver Miller og Rollnick og viser dette ved inter-