



Anmeldelser

Tips om medisinsk litteratur, andre bøker, filmer og elektroniske medier som bør anmeldes, sendes tidsskriftet@legeforeningen.no

Smerten hos den pårørende

Øyvind Teig

Blått stoff

Dikt fortelling. 148 s, ill. Høvik: Kolofon, 2004.

Pris NOK 250

ISBN 82-300-0096-4



I denne samlingen av dikt og enkelte korte prosastykker følger vi tankene og følelsene til forfatteren fra hans kone får kreftdiagnose, gjennomlever en smertefull og invalidiserende tid, til dels på avdeling for lindrende behandling, og

til hun har forlatt ham for alltid. Diktene er nesten alle mollstemte, men prøver å holde fast ved det gode de to har hatt sammen gjennom minner, gjennom bilder av kontakt, gjennom samarbeid rundt pleien og gjennom antydninger om hvordan livet er blitt det første året etterpå. Han legger ikke skjul på at han skriver disse dikt for selv å overleve psykologisk. Han antyder også andre forsøk på mestring. Det følgende diktet er nokså typisk for hans form og bruk av bilder:

Speil

Jeg skulle ønske at jeg kunne skrive dikt som hentet deg tilbake.

Så jeg kan kjenne hånda di igjen

Jeg skulle ønske at jeg kunne skrive dikt som sendte sorgen bort

Så håret ditt får farge igjen

Jeg sliter med ordene. Resultatet blir vage speil

Likevel

Dypt inne i speilene, skimter jeg en hånd?

Dypt inne i speilene, skimter jeg en farge?

Diktene har i stor grad preg av øyeblikkelige innskytelser eller inntrykk. Den kronologiske formen gjør også at man interessert følger døds- og sorgprosessen for å se «hvordan det går», også med forfatteren etter bisettelsen. Mange pårørende vil kjenne seg igjen i hans nesten desperate forsøk på å sette ord på smerten ved å miste sin kjæreste. Da ett år var omme, skrev han:

Mitt år

Når jeg legger meg om kvelden slokker jeg lysene

og blåser ut lyset

på det grønne bordet

Når jeg står opp om morgenen lukker jeg soveromsvinduet

Om natta har regnet

tar jeg en klut

og tørker i vinduskarmen

Slik ble et år

Mitt år.

Samlingen egner seg som utgangspunkt for samtaler i grupper for etterlatte til kreftpasienter og for den som søker etter et menneske som er i samme båt.

Per Vaglum

Avdeling for atferdsfag

Institutt for medisinske basalfag

Universitetet i Oslo

Den kompliserte sorgen

Erna Johannesen

Gleden bakom sorgen

Å miste et barn. 152 s. Oslo: Cappelen, 2005.

Pris NOK 249

ISBN 82-02-24339-4



Denne boken bygger på forfatterens egne erfaringer, tanker og følelser i de tre årene etter at hennes yngste sønn døde helt uventet og akutt av en lungeemboli. Fremstillingen er delvis basert på dagboksnotater. I tillegg har guttens stefar nyantert beskrevet sine reaksjoner i et eget kapittel, og psykolog Atle Dyregrov, daglig leder av Senter for krisepsykologi i Bergen, gir til slutt en utmerket innføring i foreldre-reaksjoner ved barns død.

Boken gir et nært og levende innblikk i hvordan et menneske kan få mye tilbake når det tør å formidle sin sorg og fortvilelse. Spesielt ved fremstillingen er også at hun beskriver det nesten tabuiserte tema:

Hvordan sorg og tap kan påvirke samliv og seksualitet og hvordan et par kan å klare å finne tilbake til kjærligheten.

Gjennom arbeidet med boken har Erna Johannesen opplevd en slags mening ved det meningsløse tapet. Mange vil kunne ha utbytte av hennes ærlige skildring av hva sorg kan medføre. Sårbarhetsfaktorer som gjør at man kan utvikle en mer komplisert sorgreaksjon, bl.a. tidligere tap, nevnes, men utdypes ikke. På dette området blir derfor den personlige reaksjonen, alle tårene og svingningene, ikke helt psykologisk forståelige.

Forfatteren beskriver hvordan samtale med psykiatrisk sykepleier bidrog til å normalisere reaksjonene. Deltakelse i sorggruppe, kontakt med familie og nye vennskap med andre som hadde mistet voksne barn, bidrog også til at verden litt etter litt ble «normal» igjen.

Dyregrov tar opp at det er grunn til å søke profesjonell hjelp hos psykolog/psykiater når sorgreaksjon og tristhet får en styrke som går ut over vanlig savn og lengsel, fordi man ikke makter å løfte blikket og reetablere et liv hvor man kan fungere i jobb, familie og fritid. Hvorvidt et slikt tilbud ville redusert intensiteten i forfatterens sorg, vites ikke, men for leger og annet helsepersonell som utvilsomt kan ha nytte av hennes beretning, er det viktig å huske at terskelen for videre henvisning ikke bør være for høy.

Inger Helene Vandvik

Slependen

Viktig vitnesbyrd om tortur

Widad Akrawi

Taras bok

159 s. Oslo: Zagros forlag, 2005.

Pris NOK 249

ISBN 82-92628-00-2



Tortur er blitt et uhyggelig aktuelt tema igjen. Det hevdes at i «kampen mot terror» begynner det å bli akseptabelt at man griper også til slike våpen – alt synes tillatt i denne kampen. Derfor er det viktig at vi får påminnelser

om hva tortur egentlig dreier seg om. Tortur er ikke noe egnet middel til å få frem sann-

heten, tortur er et instrument til å ydmyke, skremme og ødelegge motstandere av et regime. Helst skal ofrene overleve, slik at de sendes tilbake til samfunnet og kan vise hvilke forferdelige ting som kan skjedd dersom man er opposisjonell.

Selvsagt er tortur forbudt. Det finnes en rekke konvensjoner om torturforbud. Disse er ratifisert av de fleste land, og det finnes tiltak for å motvirke tortur. Norge var et av de første land som ratifiserte Europarådets konvensjon mot tortur og har siden deltatt i rådets torturovervåkningskomité. Nylig ble vi igjen kritisert for vår håndtering av fanger som sitter i varetekt med brev- og besøksforbud.

Men selv om vi har forbud og overvåkningssystemer, vet vi at tortur eksisterer i et utall av land. Det er heller regelen enn unntak at det foregår. Noe av det rystende, er at metodene er så ensartet verden over at man skulle tro torturistene hadde egne konferanser med utveksling av erfaringer med hvilke metoder som er mest egnet til å bryte ned uten at man objektivt kan påvise spor av torturen.

I dette perspektivet er *Taras bok* viktig og nødvendig. Hun er en ung, kurdisk kvinne som vokste opp under Saddams regime og som var politisk aktiv i motstandskampen. Hun beskriver egne og andres opplevelse av vold og tortur slik at vi ikke kan unngå å oppfatte hva det handler om.

Boken er nyttig for alle som behandler mennesker som har vært utsatt for tortur. Men den er også en påminnelse om at vi alle har et medansvar for å motarbeide umenneskelig atferd.

Astrid Nøklebye Heiberg

Psykiatrisk institutt
Universitetet i Oslo

Trett av vinteren? Les denne før neste vinter!

Odd Lingjærde

Når man gruer seg til vinteren...

Om vinterdepresjon og lysbehandling.

184 s. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2004.

Pris NOK 245

ISBN 82-05-33664-4



Denne boken er lest under en dagslyslampe en mørk vintermåned. Boken er en oppdatert og omarbeidet versjon av forfatterens første bok om samme tema, *Vinterdepresjon – hva det er og hvordan den kan behandles* (1).

Boken er en populærvitenskapelig fremstilling av hva som er dagens viten om vinter-

depresjon, eller retttere sagt «seasonal affective disorder» (SAD), på norsk gjerne oversatt til årstidsavhengig stemningslidelse, som er det offisielle navnet i vitenskapelig litteratur. Ifølge forfatteren er denne lidelsen fortsatt for lite kjent både blant pasienter og behandlere, selv om rammer opptil 10 % av befolkningen. Denne boken retter seg derfor til begge grupper, for å gjøre lidelsen mer kjent og bidra til at flere blir behandlet.

Boken er lettest, selv om den inneholder mye og grundig informasjon. En leser uten forkunnskaper lærer litt om mange forskjellige temaer, alt fra psyometri, personlighetsfaktorer, metodologi til nevrotansmittere og enkelte hormoner. Fremstillingen er logisk bygd opp og starter med en kasuistikk etterfulgt av et historisk tilbakeblikk, hvor forfatteren hevder at vinterdepresjon er omtalt allerede hos Hippokrates, men ble altså først beskrevet som en egen spesifikk stemningslidelse på 1980-tallet. Innledningen av depresjoner i psykogene, somatogene og primære er noe gammeldags og virker unødig kompliserende.

Videre har han et grundig kapittel om hvorledes diagnosen stilles. I denne forbindelse blir diagnosens opphavsmann, den amerikanske psykiateren Rosenthal, og hans spørreskjema SPAQ, behørig omtalt. Forfatteren berører her kort den skepsis som enkelte fagfolk har til fenomenet årstidsavhengig stemningslidelse. Innvendingene er at dette verken er en depresjon eller en sykdom, men en naturlig del av menneskenes livsvilkår når man bor på våre breddegrader. Bruken av et enkelt selvutfyllings-skjema, SPAQ, for å stille en diagnose bidrar til en sykeliggjøring. Dette understrekes av at boken også omtaler en subsyndromal form for årstidsavhengig stemningslidelse. Dette bidrar til å vanne ut depresjonsdiagnosen. Forfatteren er dessverre lite villig til å ta disse innvendingene på alvor.

Det er et eget kapittel om vinterdepresjoner i Norge. Her omhandles ganske detaljert forfatterens egne undersøkelser. Epidemiologiske forhold ved lidelsen og forskjeller mellom USA og Europa omtales i eget kapittel. I USA øker forekomsten med breddegraden (jo lenger nord, jo større forekomst), mens bildet i Europa er mer blandet. Her antydes altfor kort betydningen av sosio-kulturelle faktorer for en slik diagnose. Med bakgrunn i undersøkelser forfatteren har vært involvert i, drøftes betydningen av personligheten for symptomene. Hans konklusjon er at personligheten har lite å si.

Beslektede tilstander som vintersøvnløshet og sommerdepresjon blir omtalt for seg. Sommerdepresjon skal ha en sammenheng med høy temperatur, slik at air condition er en effektiv og logisk behandlingsmåte.

Etiologi og mulige forklaringsmodeller for patogenesen blir gjennomgått på en lett forståelig måte, men bærer naturligvis preg

av at dette feltet inneholder mange antakelser som medfører mange både-og-modeller. Forenklet sagt er det mangel på dagslys som er selve årsaken, og behandlingen gir seg dermed selv. Boken avslutter praktisk med omtale av behandling. Eneste behandling som er påvist å være effektiv, er nettopp lysbehandling, det vil si dagslys fra spesiallamper dersom man ikke har tilgang til naturlig dagslys.

Boken kan anbefales, men bør leses under den forutsetning at man husker på at vinterdepresjon er et omdiskutert begrep og at iatrogen sykeliggjøring bør unngås. Uansett er det terrenget, og ikke kartet, som stemmer.

Morten S. Selle

Psykiatrisk avdeling Vinderen
Diakonhjemmets sykehus
Oslo

Litteratur

1. Lingjærde O. Vinterdepresjon – hva det er og hvordan den kan behandles. Oslo: Universitetsforlaget, 1996.

Kloke ord om funksjonshemming

Lars Grue

Funksjonshemmet er bare et ord

304 s, tab. Oslo: Abstrakt forlag, 2004.

Pris NOK 288

ISBN 82-7935-152-3



Lars Grue er sosiolog og har tidligere publisert flere viktige bøker basert på egen forskning innen feltet fysisk funksjonshemming (1–3). Nå har han skrevet en lærebok om emnet. Den primære målgruppen er studenter, men

boken vil ha interesse for alle som kommer i kontakt med funksjonshemmede eller som interesserer seg for sosiologiske aspekter ved sykdom og avvik.

Boken gir en historisk og idéhistorisk gjennomgang av hvordan synet på funksjonshemming og sykdom har endret seg gjennom tidene, fra Det gamle testamentets tekster om urenhet og spedalskhet til våre dagers radikale funksjonshemmingsbevegelser der annerledeshetens positive egenskaper løftes frem. Et eget kapittel er viet eugenikken på første halvdel av 1900-tallet og konturene av den nye medisinske genetikken slik vi så den ved årtusenskiftet. Grue peker på flere likhetstrekk mellom den tidligere og nåværende genetiske politikken som er problemfylte og utfordrende, ikke