

debatten om hvem som bør lede våre sykehusavdelinger og klinikker, er kapittel 3 av Bulukin & Døving om lederlegitimitet, med kommentar av Strand, av interesse. Bush' kapittel om økonomistyring i et organisasjonsteoretisk perspektiv, med etterfølgende kommentar av Pettersen, tegner en befriende bred forståelse av begrepet «økonomistyring».

Så følger kapitler om arbeidssosiologi, bedriftsdemokrati og organisasjonsutforming i forvaltningen. Tidsskriftets lesere vil nok ha interesse av Johnsen's kapittel om økonomisk organisasjonsteori og «ny offentlig styring» (NOS, «new public management»). De mange leger som har blandede følelser for dette begrepet finner her en tankevekkende sammenlikning med det forfatteren kaller «gammel offentlig styring» (GOS), der han hevder at dette ikke er synonymt med god offentlig styring. Han drøfter også ny og gammel offentlig styring i forhold til «ny offentlig forvaltning» (NOF, «new public management»). I de tre siste kapitlene omtales, drøftes og utfordres forskjellige teorier om blant annet teknologi og vitenskapelig erkjennelse.

Selv for en lege med erfaring og utdanning i helseadministrasjon er dette relativt tungt tilgjengelig stoff, kanskje mye fordi vi her har å gjøre med noe som i høy grad er en debattbok. Men nettopp for leger som ønsker å delta i debatter om organisering og ledelse av helsevesenet og/eller har lederjobber, vil boken bidra til nyttig klassifisering og forståelse av organisasjonsvitenskap. Den vil helt sikkert bidra til mer systematisk tenkning omkring våre utfordringer.

Jarl Å. Jakobsen

Bilde- og intervensjonsklinikken
Rikshospitalet-Radiumhospitalet

Forbrenning av fett – nøkkelen til vektreduksjon?

Fredrik Paulún

Fettforbrenning

Alt du trenger å vite. Komplette fettforbrenningsprogram. 192 s, tab, ill.
Oslo: Cappelen, 2006. Pris NOK 299
ISBN 82-02-25851-0



Her er kostholds- og treningsinformasjon samlet på ett sted. Forfatteren henvender seg til personer som etter vår mening må være normalvektige, godt trent og asketisk opptatt av

kosthold. Det er mye tekst, men et muntlig og direkte språk gjør boken lett å lese. Fine bilder (som ikke er direkte relatert til stoffet) gjør den innbydende. Den inne-

holder nyttige tabeller for den som er nysgjerrig på forholdet mellom vektprosent og fettenergi prosent i matvarer, fettinnholdet i ulike fiskeslag, de ulike fettsyrenes egenskaper, energiforbruket ved ulike aktiviteter osv.

Vi får en grundig og stort sett riktig innføring i energibalanse, fettcellenes liv og virke og hvilke faktorer som påvirker fettforbrenningen. Det er en stor arvelig komponent i fettforbrenningen, og dette må man ta hensyn til. At man trenger både høyt energiforbruk og god fettforbrenning for å oppnå effektiv og varig vektreduksjon, synes å være bokens grunnleggende budskap, men påstanden mangler dokumentasjon. Allikevel tilbakeviser forfatteren helt riktig myten om at man ved lavintensitets-trening forbrenner fett bedre enn ved høyintensitetstrening. Tenk over følgende eksempel: Hvis du går i 30 minutter og forbruker 220 kcal, er halvparten fettforbrenning (110 kcal). Hvis du løper istedenfor, forbruker du 330 kcal, hvorav en tredel fra fett (igjen 110 kcal), men totalt sett har du forbrukt 110 kcal mer i den halvtimen som du hadde til rådighet ved å løpe istedenfor å gå (og det vil over tid naturligvis gi større vektreduksjon).

Forfatteren anbefaler en dobling av proteininntaket (til 30 energiprosent). Man bør få i seg 40 energiprosent lavglykemiske karbohydrater og tilstrekkelig mengde enumettet og flerumettet fett (30 energiprosent totalt fettinnhold) samt rikelig med vann. Vann er bra, men det er ikke vist at et slikt kosthold er lettere gjennomførbart eller mer fordelaktig når det gjelder vektreduksjon enn et kosthold med mindre protein og mer komplekse karbohydrater (som også er snillere mot verdens ressurser). Forfatteren beskriver ulike metoder for å måle fettprosenten. I tillegg er det en ukes kostholdsprogram og et treningsprogram. Kostprogrammet gir 1 700 kcal fordelt på frokost, lunsj, mellommåltid, middag og kvelds og bygger på slankematvarer som cottage cheese, skummetmelk, lettyoghurt, eggehvite, rugflak, pumpernikkel, kalkun, kylling, tunfisk og torsk, og litt frukt og grønnsaker. I treningsprogrammet legges det opp til 24 økter (19 spaserter av 30–90 minutters varighet og seks økter med 60 minutters styrketrening) i løpet av de to ukene programmet varer.

Man sitter igjen med spørsmålet om hvor stor effekt disse drastiske endringene i kosthold og trening har? Det som blir fremhevet teoretisk, blir ikke gjennomført i praksis. Store studier har vist forebyggende effekt på forekomsten av diabetes type 2 med betydelig mer moderate endringer enn disse som er foreslått her.

Serena Tonstad

Mette Svendsen

Avdeling for preventiv kardiologi
Ullevål universitetssykehus

Rollen som helsedirektør i England 1855–1998

Sally Sheard, Liam Donaldson

The nation's doctor

The role of the chief medical officer 1855–1998. 238 s, tab, ill. Oxon: Radcliffe, 2006. Pris NOK 513
ISBN 1-84619-001-0



Forfatterne er en historiker (Sheard) og den engelske helsedirektøren siden 1998 (Donaldson). England fikk sin helsedirektør (Chief Medical Officer, CMO) etter koleraepidemiene midt på 1800-tallet. Også i dag har den

engelske CMO med sin uavhengighet en unik posisjon i forhold til liknende embeter i andre land. Her fortelles om de 14 helsedirektørene inntil 1998, alle menn, og deres vandring i maktens korridorer. I trekanten statsråd – helsedirektør – departementsråd har samarbeidet variert fra sterk tillit til mer anstrengte relasjoner. Det samme gjelder forholdet til the British Medical Association. Selv om ståstedet for en CMO ikke direkte kan sammenliknes med forholdene i Norge, blir det mange gjenkjennende nikk for en leser med mange års fartstid i ledelsen i Helsedirektoratet/Helsetilsynet.

Et grunnleggende og nesten konstant trekk har vært stillingsinnehaverens uinnskrenkede rett til direkte tilgang til statsråden. Balansen mellom den medisinskfaglige kompetansen og den generelle administrative departementsstrukturen har vippet. Vi får beskrevet hardtarbeidende ledere og hyppige trusler om nedskjæringer til tross for økende arbeidsoppgaver. Antallet medarbeidere har svingt, og den siste av de 14, Ken Calman, kommenterte i 1998 at hans stab bestod av en sekretær og en mobiltelefon.

«Public health», eller samfunnsmedisin, har vært det faglige ståstedet. Helseminister Aneurin Bevan drev frem the National Health Service (NHS) i 1948, som et av høydepunktene i samfunnsmedisinens historie, og den daværende CMO, Wilson Jameson, hadde en sentral rolle i planleggingen. Han brukte også mediene aktivt for å nå ut til befolkningen, og var den første, trolig i hele departementssystemet i England, som brukte radioen. I 1942 gikk han ut i BBC med sterk anmodning til foreldre om å vaksinere barna mot difteri. Senere samme år brukte han radioen til å advare mot kjønnssykdom, særlig syfilis og gonorré, ord som omtrent ikke hadde vært brukt overfor befolkningen inntil da.

Myndighetenes kamp mot tobakken ble langtrukken, og først i 1972 kom det

advarsel på sigarettpakkene om farene ved røyking. I AIDS-epidemien valgte England med Donald Acheson som CMO å satse på åpen informasjon og forkaste tvungen testing, trass i motstand fra statsminister Margaret Thatcher. Dramaet i England omkring bovin spongiform encefalopati (BSE) fra 1996 ble en drakamp mellom samfunnsmedisinske og næringspolitiske interesser.

Boken bør være av interesse for samfunnsmedisinere og andre i den sentrale helseforvaltningen, for mennesker med lederoppgaver innen helseadministrasjon og for medisinsk-historisk interesserte.

Anne Alvik

Institutt for allmenn- og samfunnsmedisin
Universitetet i Oslo

På leting etter visdom

Stefan Einhorn

Den sjunde dagen

192 s. Stockholm: Månepocket, 2004.

Pris SEK 44

ISBN 91-7001-143-5



Dette er en helt spesiell bok. Jeg har aldri lest noe likende. Den handler om livet og om menneskenes søken etter mening og visdom. Forfatteren er overlege ved Radiumhemmet i Stockholm, professor og formann i etikkrådet ved

Karolinska Institutet. Faren, Jerzy Einhorn, var polsk jøde. Familien overlevde mirakuløst krigen i Warszawa. Han kom seg til Sverige, ble biolog og kjent legemiddelforsker. Mot slutten av sitt liv tilkalte han sønnen for å oppfylle en eldgammel familietradisjon, nemlig en serie lange samtaler mellom den gamle faren – på slutten av livet – og den modne sønnen. Boken handler om disse samtalerne.

Utgangspunktet for farens tanker var jødedommen, dels den skriftlige tradisjonen i Det gamle testamente, dels den muntlige tradisjonen som etter hvert ble sammenfattet i Talmud (farens far var rabbi i Polen). Menneskene ble skapt i Guds bilde, og målet er å forsøke å leve slik at vi nærmer oss dette bildet. Det er fire store oppgaver.

Den første er å søke sannheten gjennom forskning, tenkning og arbeid. Det krever en stadig vilje til tvil, søken og ydmykhet i forhold til naturens ufattelige under: Ett enkelt menneske har f.eks. 10 000 ganger flere celler i kroppen enn det er mennesker på jorden.

Den andre oppgaven er å søke visdom, som er noe langt mer enn kunnskap og

vitenskap. Visdom er innsikten i hva som er rett og feil, og den indre stemmen – intuisjonen – er avgjørende. Da faren var gutt i Warszawa, ble han og hans far angrepet av en tysk offiser fordi guttens gule jødestjerne satt skjevt. Offiseren slo gutten ned og trakk sin pistol. Da sa faren til gutten på polsk: «Se ham inn i øynene, for da skyter han deg ikke.» Gutten gjorde det, og offiseren gikk.

Den tredje oppgaven er å leve etter etikens lover. Det betyr å ta ansvar, ikke bare for sitt eget liv, men også for alle andre menneskers liv. Indre moral er viktigere enn ytre lojalitet, og den gyldne regel er vår rettesnor. Dessuten lønner det seg å være snill, for man får mer igjen enn man gir.

Den fjerde oppgaven er å forstå kjærlighetens bud. Faren siterer Paulus om tro, håp og kjærlighet: «Størst av dem er kjærligheten.» Han nevner at ordet «kjærlighet» forekommer 97 ganger i Det gamle testamente og 127 ganger i Det nye, mens ordet «visdom» forekommer 145 ganger i Det gamle testamente og bare 44 ganger i Det nye. Det tyder på at menneskene begynner å forstå at kjærlighet er blitt viktigere, og respekt, ydmykhet og kjærlighet til medmenneskene er nødvendig for at vi skal overleve som art.

Forfatteren skriver klart og godt om vanskelige emner. Denne boken har gitt meg så meget å tenke over at jeg bestemte meg for å anmelde den. Jeg tror mange leger vil kjenne seg igjen og ha glede av å lese den.

Peter F. Hjort

Blommenholm

Snill i egoismens tidsalder?

Stefan Einhorn

Kunsten å være snill

179 s. Oslo: Forlaget Lille Måne, 2006.

Pris NOK 298

ISBN 82-92605-23-1



Stefan Einhorns bok retter seg mot et generelt publikum, den er delt inn i sju kapitler og har et lettfattelig språk. Ifølge vaskeseddelen forteller den hva ekte snillhet innebærer. Forfatteren svarer ubetinget ja på spørsmålet

om det lønner seg å være snill. Han gjør et poeng av at det å være snill feilaktig har fått en negativ klang – det blir assosiert med å være dum, letturt eller servil. Einhorn mener tvert imot at snillhet er den viktigste enkeltfaktoren for fremgang.

Forfatteren skiller mellom falsk og ekte snillhet og gir eksempler på begge. Falsk

snillhet kan være manglende evne til å si ifra når det er nødvendig. Ekte snillhet fordrer at vi bruker dømmekraften og viser mot. Slik mange forstår det å være snill, kan den snille løpe en risiko for å bli utnyttet. Ifølge forfatteren beror det på misforstått snillhet. Med ekte, klok snillhet vil man ikke bli utnyttet, i stedet vil man høste som man sår og mer til.

Dette er et kjernepunkt i boken. Det lønner seg å være snill – for den snille og for mottakerne av snillhet. Forfatteren finner beviser for at snillhet lønner seg både i dyeriket og ved studier av mennesket.

Et annet hovedpoeng er at det er handlingen, ikke tanken bak, som teller. En handling kan være god selv om den blir gjort med slette, beregnende intensjoner. Egoistiske grunner til å være snill er like gode og den snille handlingen like snill som hvis det var uselviske årsaker til handlingen. Omvendt er det ingen unnskyldning for en handling der resultatet ble dårlig, uansett hvor gode intensjonene var.

Bokens styrke er at den minner oss på hverdagens mange etiske dilemmaer gjennom eksempler vi kjenner oss igjen i. På den måten kan den kanskje bidra til selvrefleksjonen den etterlyser og stimulere til ettertanke.

Den største innvendingen er forfatterens manglende problematisering. Han har en overpedagogisk stil der alt han sier passer inn i det store bildet om at det lønner seg å være snill. Han bruker anekdoter fra sitt eget liv og siterer psykologiske eksperimenter for å underbygge sitt standpunkt. Einhorn er lege, professor og leder av etikkrådet ved Karolinska Institutet i Stockholm, og dette understrekes både i presentasjonen av boken og i hans egen tekst. Dermed får hans sammenstilling av forskningsresultater, anekdoter og meningsyttringer ekstra tyngde – han er ikke bare en mann som har tenkt mye over etiske problemer og kommet frem til noen svar som kanskje kan passe for flere. Slik sett føyer boken seg inn i en tradisjon der leger kommer med svar på livets store spørsmål i kraft av å være nettopp leger. Spørsmålet er om det ikke her gir en ufortjent tyngde til et ganske lettveint innhold.

Lotte Rogg

Onkologisk avdeling

Ullevål universitetssykehus