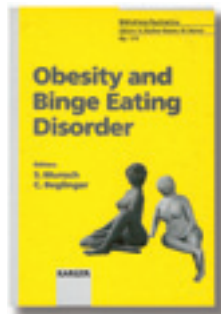


Overvekt og overspisingslidelser – en tung veileder i tynt format

Simone Munsch, Christoph Beglinger

Obesity and binge eating disorder

222 s, tab, ill. Basel: Karger, 2005. Pris USD 89
ISBN 3-8055-7832-6



Det offentlige søke-lyset og den faglige interessen for overspisingslidelse og overvekt er kanskje enda større enn for de klassiske spiseforstyrrelsene. Overvekt handler ikke om noen få som ut fra dårlig moral og liten selv-

kontroll ikke kan styre sitt matinntak. Det er snakk om biologiske disposisjoner og psykologiske mekanismer, men også om livsstil, der strategier for å unngå overvekt må planlegges og aktivt innlemmes i hverdagen for de fleste av oss. Overvekt koster i samfunnsregnskapet, og det koster den enkelte i form av redusert livskvalitet, psykologiske belastninger og somatiske komplikasjoner. De psykobiologiske mekanismene bak overvekt er i de senere årene godt kartlagt, men behandling av overvekt har hittil stort sett blitt overlatt til det mer eller mindre useriøse privatmarkedet. For å kunne etablere et godt tjenestetilbud i helsevesenet trenger man oppdatert litteratur om etiologi og behandling.

I Sveits har gastroenterologer og psykologer samarbeidet om et redaktørverk som gir en god oversikt over kunnskapsstatus. Redaktørene har invitert fagfolk i sitt språklige og geografiske område til å skrive. Med to unntak er dette et bidrag fra det europeiske fastlandet. Det er ikke dagligvare; mesteparten av litteraturen på dette feltet kommer fra England eller USA. Boken henvender seg i første rekke til fagfolk innen psykisk helsevern, men også til indremedisinere og pediatere.

Boken har 13 selvstendige kapitler fordelt på tre hoveddeler; basal sult- og metthetsregulering, etiologi og somatisk og psykologisk behandling av overvekt samt overspising. Hvert kapittel har meget fyldige og oppdaterte litteraturhenvisninger.

Formatet er greit, men fremstår som en litt gammelmodig 1970-talls lærebok. Eksempelvis savner man kasuistikker, fargeillustrasjoner og plass for lesernes notater. Egentlig er det imponerende hvor mye stoff fra vidt forskjellige fagområder man har klart å presse inn på litt over 200 sider. Så blir da også boken deretter, innholdsrik, men litt tungt fordøyelig.

Fortrinnet er at den på et begripelig språk gjør det mulig for selv psykiatere og psykologer å få tak i det essensielle i basale mekanismer ved sult og metthet samt de

individuelle forskjellene som tross alt eksisterer. Det er viktig for å kunne ha realistiske forventninger til hva man kan oppnå med psykologiske metoder. Kirurger finner neppe noe spesielt nytt eller nyttig i beskrivelsen av operasjonsteknikker ved overvekt, men kirurger bør lese boken som en påminnelse om at overvekt handler kanskje mer om psykologi enn om mage, tarm og fettvev når alt kommer til alt.

Svakheten er at forfatterne tar for gitt at det er meningsfullt å snakke om «binge eating disorder» som en diagnostisk entitet. Det er enn så lenge kontroversielt, og godt er det, så vi ikke ukritisk fortsetter å fragmentere ulike «matrelaterte» (og ikke-matrelaterte) tilstander som kanskje rent klinisk bedre kan forstås som et dysfunksjonelt affektreguleringsyndrom.

Det er fortjenestefullt et eget kapittel om overspisingslidelser og overvekt hos barn. Dog kunne man med fordel også hatt med stoff om behandling når både barn og foreldre er overvektige samt strategier for forebygging.

Svakheter til tross, boken anbefales lest av alle som er opptatt av at mennesker med overvekt og overspisingslidelser skal få et forsvarlig og verdig offentlig tjenestetilbud.

Jan H. Rosenvinge

Institutt for psykologi
Universitetet i Tromsø

Nesten alt du har lyst til å vite?

Eystein Kaldestad

Nesten alt du har lyst til å vite?

Fra universets begynnelse til fremtidens menneskeskapte økologiske kriser.
248 s. Vikersund: Eyma, 2005. Pris NOK 250
ISBN 82-997199-0-9



Da forfatteren, som er psykiater, ble pensjonist i 2000, begynte han lesingen av en stor mengde naturvitenskapelig litteratur. Han ledet også to studiegrupper, en om filosofi og en om astrofysikk, geologi, biologi og økologi. Det er en sammenfatning av denne lesingen og refleksjonene rundt temaene som presenteres i denne essaysamlingen. Den begynner med universets utvikling fra The Big Bang og danningen og utviklingen av solen med planetene, fortsetter med temaer som menneskets evolusjon, utviklingen av dets evne til romoppfattelse, sosial evne og jeg-følelse, og kommer så innom bl.a. moderne bevissthets- og hjerneforskning, evolusjonshistoriske og samfunns-etiske perspektiver på religioner, Jungs religionspsykologi, trettiårskrigen og men-

neskets økologiske ansvar i forhistorisk og historisk tid og i fremtiden. Til slutt drøftes spørsmålene om en global markedsøkonomi kan forenes med bærekraftig økologisk utvikling uten alvorlige klimaforandringer og om menneskene kan og må flytte fra jorden en gang.

Boken spenner svært vidt, men tar også opp mange spennende temaer. Det er vel riktig det tittelen lover, nemlig at her får du en kort sammenfatning av mye sentral litteratur som er skrevet om de store spørsmålene de siste ti årene. Forfatteren skriver på en interessant og engasjert måte, og det er ganske opplysende å følge ham gjennom denne serien av relativt korte essays.

Per Vaglum

Avdeling for medisinske atferdsfag
Institutt for medisinske basalfag
Universitetet i Oslo

Kortfattet bok om søvn

Jes Gerlach

Søvn

Om betydningen av en god nattesøvn. 126 s, tab, ill. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2006.
Pris NOK 245
ISBN 82-05-34487-6



Denne boken om søvn og søvnforstyrrelser henvender seg ifølge forordet til både den alminnelige leser og til de mange profesjonelle som arbeider med andre menneskers psykiske og fysiske helse. For-

fatteren er dansk psykiater, og har i mange år vært opptatt av å formidle kunnskap om psykiske lidelser. Boken er oversatt fra dansk og tilpasset norske forhold av professor Odd Lingjærde.

Boken er oversiktlig bygd opp, med i alt 20 kapitler som omhandler alt fra generelle aspekter om søvn, drømmer, søvn og psykiske sykdommer, søvn hos eldre og demente, søvn hos barn, insomni, sovemedisin, hypersomni og parasomnier. Språket er forståelig og boken er lettlest. Layouten er tiltalende, med i alt 36 figurer med flotte farger. Det er en del gjentakelser i boken, noe som forfatteren selv påpeker, men som likevel er irriterende for leseren. En hovedinnvending er at boken nok er i «letteste» laget for helsepersonell, iallfall for leger. Det er ikke lett å skrive en bok som både skal passe for folk flest, og også være interessant og nyttig for den profesjonelle utøveren. Ialffall ikke innenfor en ramme på 126 sider.

I hovedsak er boken oppdatert og formidler korrekt kunnskap innen moderne