

Den tredje delen er tragisk lesing. Her følger forfatteren utviklingen av medisinen i sin egen tid (som faller sammen med min). Han beskriver den fantastiske fremgangen etter annen verdenskrig. Men fra slutten av 1970-årene begynte ting å forandre seg. Han beskriver forandringen under overskriften «Strangers in the consulting room», og disse fremmede er administratører, økonomer, jurister, konsulenter, journalister og mange flere. De har ført med seg byråkrati, effektivisering, omorganisering, komiteer, dokumentasjon og fremfor alt penger. Alt dette har skadet, kanskje ødelagt, lege-pasient-forholdet og legens placeboeffekt. Derfor har han satt den store drømmen som undertittel på boken: «Combining science and compassionate care».

Forfatteren skriver godt, dokumenterer grundig (37 sider med noter), og referansene dekker den nyeste litteraturen. Sakregister gjør det lett å finne tilbake.

Jeg har lest boken som en sammenfatning av en klok leges samlede livserfaring fra klinisk praksis og forskning. Jeg tror at mange leger bør lese og reflektere over den. Anmelderen av boken i *The New England Journal of Medicine* starter med denne setningen: «These are discouraging times for physicians and their patients» (2). Det er på tide, både for legene og for Legeforeningen, å se denne utviklingen i øynene og gjenskape legens placeboeffekt.

Peter F. Hjort
Blommenholm

Litteratur

1. Shaw B. The doctor's dilemma. Hammondsworth: Penguin, 1948.
2. Fields HL. The placebo effect and health. *N Engl J Med* 2006; 354: 985.

En litt annerledes ABC

Susan E. Kersley

ABC of change for doctors

114 s. Oxon: Radcliffe, 2006. Pris GBP 15
ISBN 1-85775-762-9



«To everyone who wants their life to be different.» Så langt vel og bra, tenkte jeg etter å ha åpnet denne boken på dedikasjons-siden. Det følgende, «It's as easy as ABC to change your life!», gjorde meg mer betenkt,

på bakgrunn av egen erfaring med psykoterapi, både på benken selv og som terapeut. Kjapp psykologisk kosmetikk, tenkte jeg.

Etter å ha lest boken vil jeg likevel anbefale denne befriende letteste ABC-boken. Spesielt for travle og slitne leger som

strever med å gjøre endringer i arbeidslivet sitt, til tross for at legeutdanningen åpner for atskillige karrieremuligheter.

Bokens tittel henspeler på at hvert kapittel tar for seg bokstavene i det engelske alfabetet fra A til Z, og spiller på 7–8 uthevede ord under den aktuelle bokstaven. For eksempel omhandler første kapittel ordene: Accept, achievable, action, ambition, anger, answer, assertive, assumptions.

Her er mange aktive verb og enkle forslag til positive løsninger på gjenkjennelige negative tanker og holdninger. Det letter formidling til målgruppen at forfatteren selv er lege. Hun har erfaring med kurs for leger i det å ta vare på seg selv og har også skrevet i *BMJ Career Focus* (lenken finnes nederst på innholdsfortegnelsen i *BMJs* elektroniske utgave).

Travle og utslitte leger tar seg neppe tid til tyngre og omfattende bøker om personlig utvikling. Denne er annerledes og kan skimmes igjennom i løpet av kort tid ved å fokusere på ordene som er uthevet. Mye går på å senke terskelen for aktivt å endre på ting i livet man er misfornøyd med, og slik svarer innholdet til tittelen.

Boken inneholder elementer av kognitiv restrukturering, slik man benytter seg av i kognitiv terapi. Vi vet dette kan være virksomt hos personer med høy grad av selvkritikk og nevrotisme, og dette er trekk som ikke er uvanlig blant leger. Et siste kapittel – «Why an ABC of change for doctors?» – kan med fordel leses også som et forord.

Svakheter? Boken vektlegger hovedsakelig individuelle faktorer med hensyn til legers trivsel. Vi vet at også organisatoriske faktorer, slike som styres av politikere og helseforetak, også er av betydning for arbeidstrivsel. Boken er mer egnet for slitne og trettede leger enn for dem som virkelig er deprimerte. Også for leger som opplever relasjonelle problemer, for eksempel samarbeidsproblemer eller samlivsvansker, er nok psykoterapi mer virksomt enn å lese denne boken.

Imidlertid, for dem som trenger motivasjon og oppmuntring til selv å gjøre endringer i retning av et mer balansert liv, er denne boken absolutt å anbefale. For meg ble den en bekreftelse på at man ikke alltid skal stole på førsteinntrykket.

Reidar Tyssen

Avdeling for atferdsfag
Institutt for medisinske basalfag
Universitetet i Oslo

Behandling av fordøyelsessykdommer

M. Michael Wolfe, red.

Therapy of digestive disorders

2. utg. 1 072 s, tab, ill. Oxford: Saunders Elsevier, 2006. Pris GBP 79
ISBN 1-4160-0317-7

Målgruppen er gastroenterologer, gastrokirurger og andre helsearbeidere med interesse for fordøyelsessykdommer. Det er en lærebok med utgangspunktet i diagnose, preventive tiltak og aktiv behandling og i mindre grad epidemiologi og patofysiologi i fordøyelsessykdommer. Boken er inndelt i en generell del hvor basale kunnskaper i syrerelaterte sykdommer og funksjonelle tarmlager er belyst samt kapitler om probiotika, underernæring og problemstillinger knyttet til ulike komorbide tilstander. Her beskrives utredning og behandling av ulike symptomer og spesifikke fordøyelsessykdommer etter klassisk inndeling. Det er rikelig med oversikts-tabeller inklusiv spesifikke anbefalinger i behandling, algoritmer, og hvert kapittel har en innholdsrik referanseliste. Hvert kapittel har også software til en kortfattet PDA-versjon. Læreboken er spesiell ved at det er svært mange høyt kompetente bidragsytere både i og utenfor USA.

Boken behandler spesielt felt der det er ny kunnskap. Det gjelder tilstander som ikke-alkoholisk fettleversykdom (NAFLD) og inflammatoriske tarmsykdommer (IBD). Årsaker til og patofysiologien bak ikke-alkoholisk fettleversykdom beskrives spesielt. Kapitlet om inflammatoriske tarmsykdommer er oppdatert for nye medikamenter som rekombinant og humanisert anti-TNF-medikamenter, men dekker ikke den patofysiologiske bakgrunnen for behandlingsstrategien for denne eller andre nye biologiske medikamenter ved tilstanden. Videre finnes det et eget kapittel som gir et balansert syn på hvorfor og når vi kan benytte probiotika ved fordøyelsessykdommer. Kapitlet om graviditet tar systematisk opp de spesielle forholdene ved behandling og oppfølging ved ulike fordøyelsessykdommer. I kapitler om spesielle problemstillinger hos barn og eldre finner man praktisk og nyttig informasjon ikke bare for pediatere eller geriater. Læreboken har sin styrke både som et oppslagsverk innen utredning og behandling av fordøyelsessykdommer, men passer også godt for dem som skal ha en rask innføring i ulike emner. Boken vil være et godt supplement til litteratur som tar for seg mer inngående behandling ved spesifikke fordøyelsessykdommer.

Jon Florholmen

Gastromedisinsk avdeling
Universitetssykehuset Nord-Norge