

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

Et godt verktøy for helsearbeid med flyktninger og asylsøkere

Brunvatne R.

Flyktninger og asylsøkere i helsetjenesten

358 s. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2006.

Pris NOK 325

ISBN 82-05-35077-9



De fleste leger og annet helsepersonell i Norge møter nå flyktninger og asylsøkere i sitt arbeid. Reidun Brunvatne er en lege med mange års erfaring fra helsearbeid med pasienter med flyktningbakgrunn. Hun har nå skrevet

en omfattende håndbok for helsepersonell i primærhelsetjenesten. Den er også ment å dekke et behov for spesialisthelsetjenesten og for annet personell som arbeider med flyktninger samt for studenter innen disse fagene. Det er ingen illustrasjoner i boken, men den er oversiktlig og lett å finne frem i. Spesielt nyttig er det at alle kapitlene avsluttes med en oppsummering og et avsnitt om fremtidige utfordringer.

Det er hele 22 kapitler, som blant annet omfatter følgende temaer: det kliniske møtet med flyktingen, samarbeid med tolk, smittevern og andre somatiske utfordringer, helsemessige konsekvenser av krig, tortur og andre ekstreme traumer, eksil- og fattigdomsproblematikk, kjønnsroller, familieplanlegging og svangerskapsomsorg, tannhelse, helsetjenestens utfordringer i forhold til disse pasientgruppene samt helsefremmende og forebyggende arbeid. Forfatteren beskriver også en samtalemotode hun selv har hatt god erfaring med i primærhelsetjenestens første møte med nyankomne flyktninger i kommunen. Det hele avsluttes med en nyttig oversikt over trygderettigheter, helseerklæringer, kompetansesentre samt offentlige dokumenter og internasjonale konvensjoner.

Det ligger åpenbart et betydelig arbeid bak. En enkelt forfatter har på en imponerende måte klart å integrere egne kliniske erfaringer med tilgjengelig litteratur, retningslinjer og lovverk. Hennes ønske om

å inkludere alle relevante aspekter og områder og dessuten gjøre formidlingen mest mulig forskningsbasert representerer imidlertid også en viss begrensning. Det er umulig å dekke alle områdene på en like fylldig og forskningsbasert måte, spesielt interesserte lesere må nok konsultere annen litteratur i tillegg. Dette kan i noen sammenhenger begrense verdien som akademisk lærebok, selv om den vil være svært relevant i de fleste helsefaglige utdanninger. Jeg har selv allerede hatt stor nytte av den i undervisningen av leger i primærhelsetjenesten. Som håndbok og oppslagsbok er den et funn og vil dekke et stort behov. Den bør få stor utbredelse på fastlegekontorer og helsestasjoner og blant de andre målgruppene som forfatteren har skrevet for. Det vil være et behov for regelmessig oppdatering for å gjøre *Flyktninger og asylsøkere i helsetjenesten* godt egnet som håndbok i årene fremover, og jeg håper at forfatteren og forlaget tar denne utfordringen!

Edvard Hauff

Institutt for psykiatri
Universitetet i Oslo

Noe nytt om forholdet mellom jobb og familie?

Roness A, Matthiesen SB, red.

I klem eller balanse?

Om arbeid, stress og familieliv. 332 s, tab, ill.

Bergen: Fagbokforlaget, 2006. Pris NOK 349

ISBN 82-450-0325-5



Man kan undre seg over behovet for en slik bok. Lange arbeidsdager var langt vanligere før. Norge hadde tidligere mange flere sjøfolk som var hjemmefra måneder om gangen. Skiftarbeid har vi hatt siden den industrielle revolusjon.

Det er heller ikke nytt at de fleste voksne kvinner har lønnet arbeid.

Men massemediens opptatthet av «tidsklemma» og liknende tabloiduttrykk indi-

kerer at forholdet mellom jobb og familie er vanskelig. Dreier dette seg om problemer som aggraveres eller er det ny kunnskap som helsepersonell bør ha? Den raske teknologiske utviklingen siden 1980-årene, særlig innen informasjons- og kommunikasjonsteknologi (IKT), endrer mange arbeidsoppgaver. Flere kvinner går inn i krevende og interessante jobber. Dessuten endres våre verdisystemer med stor massemediepåvirkning og økonomisk rikdom. Det synes derfor helt på sin plass å lære mer om samspillet mellom jobb og familieliv.

Redaktørene har samlet 25 fagpersoner, som har behandlet ulike aspekter av forholdet mellom jobb og familie. På mange felter er det gode oversikter. Utviklingstrekk i arbeidslivet presenteres på en nokså overfladisk måte i et kort kapittel, og det er en oversikt over demografiske data om familieliv. Arbeidsnarkomani, «utbrenthet», virkninger av arbeidskonflikter og samlivsproblemer omtales. Del 2 tar for seg ulike typer arbeid under spesielle forhold, som IKT-bransjen, sjømanns- og nordsjøarbeiderfamilien, den militære familien, legefamilien, prestefamilien, misjonærfamilien. Også innvandrerfamilien og pendlerfamilien er omtalt. Del 3 består av kapitler om tiltak for den enkelte, arbeidsgiver og samfunnet.

Dette blir presentert som en fagbok. Denne anmelder synes at kapitlene er nokså ujevne. Mange er en presentasjon av egne synsvinkler og erfaringer, og noe virker nokså selvinnslysende. Andre kapitler gir oversikt over norsk og internasjonal kunnskapsstatus.

Det er 23 kapitler og ett etterord. Hvert kapittel har referanseliste. Men man burde forvente mer stoff om den internasjonale forskningsfronten. En metaanalyse publisert i 2005 omfattet 61 undersøkelser (1). Nesten ingen av disse finnes i referanselistene.

Et kapittel om den militære familien gir en kortfattet problematisering av årsaksdiagnoser under omtalen av posttraumatiske stressyndromer. I et annet kapittel om «utbrenthet» mangler en slik kritisk diskusjon om at denne merkelappen faktisk impliserer årsak og at dette kan være viktig. Man oppsummerer: «Utbrenthet er per definisjon en form for arbeidsstress og altså knyttet til jobben.» I en fagbok forventer man problematisering av merkelapper. Dessuten forventer man en presentasjon av det som måtte finnes av prospektive under-

søkelser som tillater konklusjoner om mulige årsaksfaktorer. Også begrepet «stress» omgås på en lettvinnt måte, og benyttes både om årsaker (eksponeringer) og virkninger (effekter).

En bok om samspill mellom jobb og familie burde nok hatt med en gjennomgang av hvordan arbeidstidsordning (skiftarbeid) virker inn på familielivet og skaper problemer for mange. Videre er utenlandsopphold for bedriften blitt ganske vanlig, og dette skaper uventede problemer som få håndterer. Sist, men ikke minst – en systematisk diskusjon av verdssystemer savnes. Dette tema berøres riktignok i flere kapitler, men burde vært viet større plass. For et av de store spørsmålene forblir ubesvart: Hva betyr våre forventninger til jobb og til familieliv? En ujevn bok om et viktig tema.

Stein Knardahl

Statens arbeidsmiljøinstitutt
Oslo

Litteratur

1. Byron K. A meta-analytic review of work-family conflict and its antecedents. *J Vocat Behav* 2005; 67: 169–98.

Trives du i Norge?

Seeberg ML.

Velferdsstaten møter verden

Arbeidsplasser i endring. 139 s., ill.

Oslo: Gyldendal Akademisk, 2007. Pris NOK 199
ISBN 978-82-05-36630-5



En tiltalende, tynn bok om et stort tema. Forfatteren bruker sine erfaringer fra feltarbeid som sosialantropolog i helse- og omsorgssektoren til å synliggjøre hvordan vi håndterer forskjellighet på arbeidsplassen – først og fremst forskjellighet i betydningen med og uten «innvandrerbakgrunn». Underveis diskuteres viktige begreper som individuell og felles kompetanse, hierarki og likhet, sosiale roller og stereotyper, diskriminering og rasisme. Ved å bruke konkrete eksempler fra sykehusavdelingen og sykehjemmet gir hun disse begrepene innhold, slik at leseren får redskap til å forstå det som foregår på egen arbeidsplass. Hun er også inne på konsekvensene av ny styringsideologi i offentlig sektor, new public management, men her synes jeg boken er mindre konkret og mer overfladisk.

Den retter seg først og fremst mot studenter i administrasjon og ledelse innen helse- og omsorgssektoren. Ledelsen har

ansvar for rekruttering og arbeidsfordeling og for hvordan man på arbeidsplassen forholder seg til forskjelligheten hos ansatte, pasienter og beboere. Selv om leger kanskje ikke er den primære målgruppen, er det fortsatt slik at leger har stor innflytelse på de uformelle standardene for atferd i arbeidsmiljøet. Da skader det ikke å tenke over hvordan vi faktisk bidrar og ønsker å bidra. Boken kan være en lettlest hjelper, ikke minst som grunnlag for diskusjon. For – som forfatteren sier – «vi har alle et ansvar for virkningene av vårt nærvær i verden».

Ebba Wergeland

Arbeidstilsynet
Oslo

Kan lav selvfølelse bekjempes?

Fennell M.

Å bekjempe lav selvfølelse

En selvhjelpsguide basert på kognitiv atferdsterapi. 282 s., tab, ill. Trondheim: Tapir akademisk forlag, 2006. Pris NOK 195
ISBN 978-82-519-2080-3



Forfatteren svarer et ubetinget ja på spørsmålet over. Det er tre hoveddeler – først omtales hva selvfølelse og spesielt lav selvfølelse er, deretter forståelsen av fenomenet og til slutt er det en detaljert oppskrift på hvordan lav

selvfølelse kan bekjempes.

Dette lanseres som en selvhjelpsguide, og det er det. Selv om den også anbefales til alle som hjelper dem med lav selvfølelse, inkludert psykologer, rådgivere og leger, er det ikke noen typisk fagbok. Til det er fraværet av referanser og spesifikk forankring i psykologiske teorier (spesielt kognitiv teori) for uttalt. De som er fortrolige med kognitiv teori, vil kjenne igjen den røde tråden som løper gjennom teksten. For uinnviede, nysgjerrige fagpersoner ville en tydeligere relasjon til annen faglitteratur vært en fordel.

Bokens styrke ligger nettopp på selvhjelpsplanet, og den har en pedagogisk og detaljert oppbygning. Den kan imidlertid bli i overkant detaljert, med stadige gjentakelser av kjernebegreper og prinsipper, slik at teksten blir unødig lang. Den kan anbefales til pasienter som sliter med lav selvfølelse, dvs. avhengige, unnvikende og lettere depressive personer som ikke er så belastet at konsentrasjonsevnen er satt ut av spill.

For denne anmelderen ble boken utgangs-

punkt for interessante diskusjoner med barnebarn på åtte og 11 år om å hjelpe barn til å tro på sin egen verdi og evne til mestring som en måte å motvirke utvikling av lav selvfølelse.

Boken er i paperback, er lettlest og har en tilfredsstillende layout. Et par «skjønnhetsfeil» forekommer. En av dem er at forfatteren presenterer sitt budskap om bekjempelse som «en vanntett handlingsplan». Dette minner om en overmodighet som også gjenfinnes i forordet til den norske utgaven, der det heter: «Vitenskapelige studier viser at kognitiv atferdsterapi er en effektiv måte å behandle psykiske lidelser på.» Tilhengere av kognitiv atferdsterapi er tjent med en mer nyansert fremstilling, i og med at dokumentasjon om effekt foreligger ved noen psykiske lidelser, men langt fra alle.

Å bekjempe lav selvfølelse anbefales ikke som fagbok. Men alle kan ha nytte av å reflektere over sitt selvfølelsesnivå, og den er således en nyttig selvhjelpsbok for menigmann. Den vil derfor også kunne være en interessant ingrediens i verktøykassen til allmennleger og terapeuter – man kan trekke den frem når en pasient kan tenkes å ha nytte av systematisk veiledet arbeid med sin lave selvfølelse som ledd i psykiske problemer og dysfunksjoner.

Tore Gude

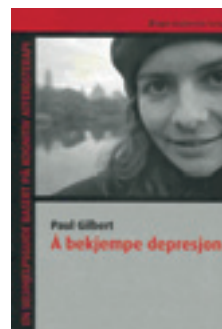
Modum Bad
Vikersund

For omfattende som selvhjelpsbok

Gilbert P.

Å bekjempe depresjon

En selvhjelpsguide basert på kognitiv atferdsterapi. 426 s., tab, ill. Trondheim: Tapir akademisk forlag, 2007. Pris NOK 195
ISBN 978-82-519-2079-7



Forfatteren henverder seg til pasienter eller potensielle pasienter – de som mener de lider av depresjon. Allmennleger, psykiatere og psykologer bør også kjenne til denne boken for eventuelt å kunne anbefale den til aktuelle pasienter.

Den er lettlest og forståelig og finnes som paperback. Det er mange pedagogiske øvelser der leserens depressive tanker blir eksplorert, utfordret og forhåpentlig endret. I den norske utgaven er det helnorske navn som Tormod, Tiril, Sondre og Brynjar, antakelig for at leseren lettere skal kunne