

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

Realitetsorientering ad modum Gore

Gore A.

En ubehagelig sannhet.

Den globale klimakrisen – vår tids største utfordring. 330 s, ill. Oslo: Versal forlag, 2007. Pris NOK 379. ISBN 978-82-8188-018-4



Hvis ikke verden makter å gjøre noe radikalt for å redusere de menneskeskapte klimaproblemene innen kort tid, vil vi snart kunne stå overfor horder av klimaflyktninger. Dette er et av

budskapene til Al Gore i boken hans som nå er kommet på norsk. Stigende havnivå og mer ekstremvær vil kunne gi tørke, svikt i avlinger, mangel på rent vann og flere smittebærende insekter og smådyr. Mange landområder vil bli ubeboelige, og sult og epidemier kan bli et langt hyppigere problem for allerede hardt rammede befolkninger. Politikerne kan unngå dette dersom de er villige til det og innser at vi kun er én menneskeslekt som deler én klode, mener han.

Gore gir en kompakt fremstilling av de viktigste årsakene til den globale oppvarmingen og plukker grundig fra hverandre alternative teorier om at dette ikke er et menneskeskapt problem. Det er et overbevisende bevismateriale han legger frem. Deler av stoffet kan i starten nok oppleves som for grunnleggende og banalt, men det kan også fungere som en grei repetisjon for mange lesere. Litt mindre gripende er det å lese de sidene som delvis er av selvbiografisk karakter, men de er heldigvis få.

Gore skriver først og fremst for det amerikanske folk. Budskapet er fremstilt på en lettfattelig måte, og språket er enkelt og godt. Boken har svært mange figurer, grafer og bilder. Skrifttypen er uvanlig stor, på enkelte sider ekstremt stor. Han formelig roper budskapet til oss. Men det er kloke og fengende ord i en pen og kraftfull layout. Likhetsstrekkene med filmen og lysbildene som boken åpenbart bygger på, er mange. Dette gjør denne naturvitenskapelige faktaboken med politiske innslag lettlest, men også ubehagelig.

Selv etter senere tids stadige medieoppmærksomhet på miljø, er det vanskelig å forbli uberørt av denne boken. Den gjør

et sterkt inntrykk. Al Gore klarer å utsette håp om at andre forklaringsmodeller for klimakrisen kan være aktuelle. Boken anbefales, men bare hvis man er innstilt på å følge noen av tipsene om hva hver og en av oss kan gjøre med «vår tids største utfordring.» Har du ikke tro på at slike handlinger kan hjelpe, bør du flytte høyere opp i landet og ta med deg «lykkepiller» på flyttelasset.

Pål Røynesdal
Ingvild Sandøy
Bergen

Viktig bok om rus og psykiske lidelser

Evjen R, Kielland KB, Øiern T.

Dobbelt opp

Om psykiske lidelser og rusmisbruk. 2. utg. 283 s, ill. Oslo: Universitetsforlaget, 2007. Pris NOK 299. ISBN 978-82-15-01098-4



Detter er en ny, oppdatert og til dels nyskrevet utgave av boken med samme tittel fra 2003.

Igjen er det en glede å anbefale denne innsiktsfulle, kloke, kunnskapsrike, klinisk relevante og reflektert gjennomgangen

av kunnskapsstatus vedrørende pasienter som både har rusmisbruk og andre veldefinerte psykiske lidelser. Diagnostiske og etiske problemer og behandlingsutfordringene som disse pasientene stiller oss overfor, behandles på en kritisk og udogmatisk måte hvor forfatterne unngår både urealistisk optimisme og overdreven pessimisme. Nordiske erfaringer trekkes inn der det er relevant, og kommunenes ansvar beskrives klart og tydelig. Dette er en bok alle som *begynner* å jobbe i rusomsorgen og med pasienter i psykisk helsevern, må lese. Vi andre kan gå til den for å bli à jour.

Per Vaglum

Avdeling for medisinske atferdsfag
Institutt for medisinske basalfag
Universitetet i Oslo

Råd til pasientene

Bjertnæs Aa.

Din huslege

Hjelp til selvhjelp. Et oppslagsverk fra A til Å. 2. utg. 670 s, tab, ill. Oslo: Gyldendal, 2007. Pris NOK 299. ISBN 978-82-05-36437-0



Forfatteren som har lang erfaring både som allmennlege og som formidler, utga *Din huslege* på Adresseavisens forlag i 1997. Førsteutgaven av *Din huslege* på Gyldendal kom i 2001. Den andre reviderte utgaven har 40 nye

kapitler og er lansert via Bokklubben. Teksten er også tilgjengelig som betaltjenester via Internett og mobiltelefon.

Et innledende kapittel om «Hva du bør vite før legebesøket» gir generell informasjon om hvordan helsetjenesten fungerer og om pasientens rettigheter. Kapitlet gir også nyttige tips om hvordan man kan forberede seg til en legekonsultasjon, og hva man bør forvente av fastlegen og fastlegekontoret. De to siste kapitlene handler om kosthold og nikotinavhengighet.

Hoveddelen av boken er en oppslagsdel på vel 600 sider med over 300 artikler fra A til Å om symptomer og tilstander folk kan ha behov for å ha kunnskap om. Artiklene gir svarer på spørsmål som pasientene gjerne stiller seg før legen oppsøkes eller time bestilles:

- Hva kan det være som feiler meg?
- Er det alvorlig?
- Skal jeg kontakte lege?
- Hva kan legen gjøre?
- Hva kan jeg gjøre?

Ambisjonen er ifølge forfatteren å gi en realistisk forventning om hva moderne medisin kan gjøre, og hva den enkelte selv kan bidra med. Dessuten anfører han: «Jeg har funnet det riktig å nevne alternative behandlingsformer der jeg synes det har vært naturlig, og der det ser ut til at disse behandlingsformene har en dokumentert effekt.»

Aage Bjertnæs er en kunnskapsrik allmennlege og formidler. Han vet hva folk søker lege for, og han kan forenkles komplekse budskap. Boken er lettlest, uten å være banal.

Den er imidlertid mindre aktuell for dem som stiller kritiske spørsmål til rådene vi leger gir. Gjennom Internett, pasientforeninger og andre kilder har pasienter tilgang til store mengder alternativ informasjon. Som i det meste som finnes av pasientinformasjon, er det heller ikke her mulig å finne ut hva som er grunnlaget for rådene som blir gitt. Hvilke råd er solide, basert på vitenskapelig forskning og faglig konsensus, og hvilke er mer av typen «det går an å forsøke»? Denne innvendningen gjelder både de generelle rådene og rådene om alternativ behandling. Det gis heller ingen informasjon om hvilken effekt pasientene kan forvente ved å følge rådene. Flere av rådene kan diskuteres.

Boken fungerer imidlertid godt i et tradisjonelt format, der den paternalistiske legen gir råd til pasientene. Mange pasienter er fornøyde med dette. Den har åpenbart et stort marked, og kan anbefales som en tradisjonell legebok for dem som ønsker en slik.

Signe Flottorp

Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten
Oslo

Viktig om barn og sorg

Dyregrov A.

Sorg hos barn

En håndbok for voksne. 2. utg. 171 s, ill.

Bergen: Fagbokforlaget, 2006. Pris NOK 249
ISBN 82-450-0567-3



Som leger er vi lært opp til å se på døden som en naturlig del av livet, og jo tettere den er en del av vår arbeidsdag desto mer må vi skjerme oss for de følelsesmessige implikasjonene – at døden representerer et *tap* av en elsket venn,

en ektefelle, en far, en mor, et søsken. Og hvor lett er det ikke å «glemme» den vanskelige samtalen med barna?

Atle Dyregrov har skrevet en håndbok for voksne som kommer i kontakt med barn som sørger. Det første kapitlet er en generell innføring i barns sorg og krisereaksjoner, det andre går mer i dybden i forhold til særlige situasjoner, som tap av foreldre, søsken, besteforeldre og venner samt et avsnitt om barn og selvmord. Deretter følger et kapittel om barns sorg på ulike alderstrinn, om hva som kan gjøre sorgen verre og om ulike reaksjonsmønstre hos gutter og jenter. De følgende kapitlene gir praktisk veiledning for håndtering av ulike situasjoner, som omsorg for barn i sorg

og krise, retningslinjer for ivaretagelse av barns behov, håndtering av dødsfall i barnehage og skole, krisebehandling eller sorgterapi for barn, sorggrupper og til sist om å ta vare på seg selv som hjelper. Fremstillingen er illustrert med barnetegninger og alle kapitlene har små kasuistikker hentet fra forfatterens omfattende erfaring med barn i sorg og krise.

Det er en liten bok, men ingen lettvekter og slett ikke en bok man kan lese fra perm til perm uten å måtte legge den fra seg innimellom. Baksideteksten fremholder at dette er en bok som «vil være nyttig både for foreldre, besteforeldre og andre voksne som har ansvar for barn som opplever sorg, og dessuten lærere, førskolelærere og andre som i sitt yrke møter barn i sorg». Denne anmelder er noe i tvil om det ikke er et litt for stort prosjekt å formidle denne viktige kunnskapen om barn innenfor en og samme ramme både til sørgende foreldre/besteforeldre og til dem som skal ivareta grupper av barn og organisere sørgehøytideligheter. Selv om språket er enkelt, er stoffet tungt og til dels så detaljert at den siste delen blir mer til en fagbok for lærere og førskolelærere enn en hjelp til foreldre, og som leser oppfatter jeg at forfatteren henvender seg mer til fagpersoner enn til nære pårørende.

For leger og annet helsepersonell gir boken uvurderlig kunnskap på et forsømt område. Den har dessuten henvisninger til nyttige nettsteder og til anbefalt skjønnlitteratur for barn og ungdom.

Jannike Engelstad Snoek

Ungdomspsykiatrisk akutenhet
Ullevål universitetssykehus

Nyttig om arbeidsmiljøspørsmål

Nasjonal overvåking av arbeidsmiljø og helse (NOA)

Faktaoverblikk – arbeidsmiljø og helse

Status og utviklingstrekk. 99 s, tab, ill.

Oslo: Statens arbeidsmiljøinstitutt, 2007. Gratis



Nasjonal overvåking av arbeidsmiljø og helse (NOA) ved Statens arbeidsmiljøinstitutt som ble opprettet i fjor «for å samle, bearbeide og formidle data om norske sysselsattes arbeidsmiljø og helse i Norge», har levert sin første rap-

port. La det være sagt med en gang, dette er en grundig, nøktern og meget velskrevet publikasjon som det var en fryd å lese.

Sammenhengen mellom arbeidsmiljø og helse har hittil vært dårlig dokumentert og lite påaktet i Norge. Arbeidstilsynets statistikk over yrkesskader og yrkessykdommer gir et så feilaktig bilde av forekomsten av arbeidsrelatert sykdom at den gjør mer skade enn gagn. Statistikken over yrkessykdommer viser antall tilfeller meldt av lege, og så lenge færre enn 5 % av legene deltar i meldesystemet, er det ikke rart tallene blir som de blir.

NOAs rapport gir håp om bedring. Etter innledningen følger 12 kapitler som dels belyser arbeidsmiljøforhold av fysisk, kjemisk, psykososial og ergonomisk art, dels er viet omtaler av arbeidsrelaterte helseproblemer, sykefravær og -nærvar, arbeidstidsordninger, skaderisiko, arbeidsskader og forebyggende arbeid. Rapporten bygger i stor grad på Statistisk sentralbyrås levekårsundersøkelser om arbeidsmiljø fra 2003, men har også med data fra andre kilder, som NAV, forsikringsselskaper, Petroleumstilsynet og Nasjonalt folkehelseinstitutt. Personlig ble jeg mest overrasket over tall fra NAV over antall godkjente yrkessykdommer, etter diagnose, fra 2004. Det er mulig etaten har offentliggjort slike tall tidligere, men i mine 30 år i faget har det i så fall gått meg hus forbi. Påfallende er det også å se forskjellen i meldefrekvens til henholdsvis Arbeidstilsynet og Petroleumstilsynet. Frekvensen til Petroleumstilsynet er 15 ganger større for menn og hele 46 ganger større for kvinner.

Rapporten bringer et vell av data. Tabellene er oversiktlige og teksten presis. Definisjoner og hovedpunkter er samlet i egne tekstbokser som gjør at presentasjonen blir lett å følge, også for dem som ikke arbeider med arbeidsmiljøspørsmål til daglig. Dessuten er det et utmerket sju siders sammendrag. For den som ønsker seg enda mer stoff, bygger dette «Faktaoverblikk» på en *Faktabok om arbeidsmiljø og helse 2007* som kan finnes på www.stami.no/nea.

Alle som steller med helse, miljø og sikkerhet (HMS) vil ha nytte av rapporten. Det er å håpe et den også blir lest av politikere og myndigheter som trenger forståelse av at arbeidslivet er en spesielt god arena for forebyggende helsearbeid. Alle leger i førstelinjetjenesten og de i andrelinjen som behandler arbeidstakere, vil også ha interesse av rapporten. Den gir et presist bilde av mange sider ved norsk arbeidsliv som pasientene deres påvirkes av.

Håkon Lasse Leira

Arbeidsmedisinsk avdeling
St. Olavs Hospital