

nyere nordiske lærebokarena. For kirurger med bakvaktansvar fyller den neppe rollen som eneste lærebok, men den gir en svært god oversikt over traumatologien, uten å komme med alle svarene. Den anbefales til alle personellgrupper som er involvert i skadebehandling og bør finnes i alle norske traumemottak og der man tar imot og behandler skadede. Bør leses av alle kirurger under utdanning.

Christine Gaarder

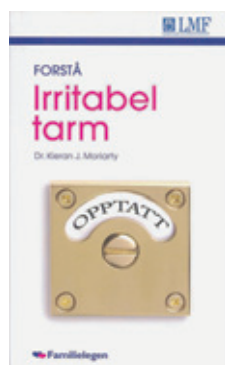
Traumeenheten
Akuttdivisjonen
Ullevål universitetssykehus

Til pasienten med irritable tarm

Moriarty KJ.

Forstå irritable tarm

145 s, ill. Oslo: Exlibris, 2007. Pris NOK 99
ISBN 978-82-8173-028-1



Her er omfattende informasjon til mennesker med irritable tarm. Forfatteren er engelsk gastroenterolog. Første utgave kom på engelsk i 2001 og er senere revidert. Per Olav Vandvik, som har gjort sitt doktorgradsarbeid om irritable tarm-syndrom i allmennpraksis, har vært konsulent ved den norske oversettelsen. Boken er planlagt solgt på norske apoteker.

Målgruppen er pasienter med syndromet. Formatet er lite og hendig, og tallrike gode illustrasjoner gjør teksten luftig. Den er skrevet i du-form og er lett forståelig for ikke-medisinere. Oppslagsregisteret er omfattende. Vandvik supplerer teksten med undersøkelser fra norske forhold. Disse virker utdypende og berikende. Gjennom ti kapitler gjennomgås irritable tarm-syndrom – anatomien i mage-tarm-tractus, symptomer, årsaker, prognose og behandling. Forstoppelse og diaré omtales særskilt – med konkrete kostholdsråd som er relevante for norske forhold. Hvert kapittel avsluttes med en punktvis oppsummering. Den røde tråden er at irritable tarm-syndrom er ufarlig, men plagsomt, og at man ikke kan regne med å bli kvitt sine plager fullstendig og må finne måter man best kan leve med sykdommen på.

Personer med irritable tarm-syndrom har mange uriktige forestillinger om sin sykdom, og behovet for informasjon er stort og etterspurt. Denne utgivelsen er et fint bidrag i behandlingen. Et stort pluss er at den også omhandler ekstraintestinal komor-

biditet, og her vil mange med irritable tarm-syndrom nikke gjenkjennende. Bokens største styrke er at den er omfattende, men det er kanskje også dens svakhet. Veldig mange utredningsmetoder og behandlingsformer omtales, og flere av dem er mindre relevante for norske forhold. Man sikrer seg i tillegg stadig mot at det kan ligge alvorlig sykdom bak symptomene slik at leseren av og til mister den røde tråden – at irritable tarm-syndrom ikke er farlig og at utredningen hos de fleste ikke trenger å være omfattende.

Konklusjon: Dette er et fint og etter lengtet hjelpemiddel til selvhjelp for pasienter med irritable tarm-syndrom og deres pårørende.

Øyvind Holme

Medisinsk avdeling
Rikshospitalet

Spennende og subjektivt om sukker

Litsfeldt LE

Spis deg sukkerfri

Nøkkelen for å knekke diabeteskoden. 218 s, tab, ill. Oslo: Forlaget Lille Måne, 2007. Pris NOK 299
ISBN 978-82-92605-50-9



Dette er en bok beregnet på mennesker med overvekt og diabetes eller metabolsk syndrom. Den er skrevet av en advokat med type 2-diabetes og overvekt som har satt seg grundig inn i stoffet og normalisert vekt og HbA_{1c}-nivå ved

hjelp av lavkarbohydratdiett. Den er morsom, oversiktlig og lettlest. Forfatteren er god til å beskrive vanskelig metabolsk patofysiologi med humoristiske analogier fra hverdagslivet.

Etter at *Spis deg sukkerfri* ble skrevet, for tre år siden, er det kommet studier som styrker forfatterens påstander, selv om det fremdeles mangler mye kunnskap. Den amerikanske diabetesforeningen har på grunnlag av de nye studiene nylig tatt med lavkarbohydratdiett i ett år som et alternativ til lavkaloriediett i sine behandlingsretningslinjer for overvektige, insulinresistente diabetespasienter.

Best er beskrivelsen av forfatterens egne erfaringer med det å prøve å gå ned i vekt, svakere er den vitenskapelige dokumentasjonen. Overføringen av forfatterens egne erfaringer svekkes imidlertid av at han som overvektig ikke fikk metformin som første

blodsukkersenkende medikasjon. Utgivelsen inneholder en fin kritikk av medisinsk forskningsmetode. Effekten av fysisk aktivitet for vektreduksjon undervurderes klart. I anbefalingen av høyproteindiett for å unngå hyperinsulinemi mangler generelt motargumenter – som for eksempel at for-grenede aminosyrer i seg selv stimulerer insulinsekresjonen og derfor i teorien kan forårsake insulinresistens.

Dette er et bidrag til mangfoldet som er OK for leger, men det blir for pseudovitenskapelig til at lesere uten faglig bakgrunn innen metabolisme kan vurdere hva som er dokumentert og hva som ikke er dokumentert, hvilke studier som ikke er publisert eller – enda verre – utelatt.

Tore Julsrud Berg

Avdeling for klinisk endokrinologi
Aker universitetssykehus

Bevisstløs, puster ikke normalt...

Norsk Resuscitasjonsråd

Norsk grunnkurs i avansert hjerte-lungeredning

Håndbok for kursleder. 39 s + 83 s + CD, ill. Stavanger: Norsk Resuscitasjonsråd, 2007.

Dette er en lærebok for helsepersonell som er involvert i behandling av hjertestans hos voksne. Etter å ha tilegnet seg innholdet skulle leseren ha sikret seg en bra teoretisk forståelse for å behandle hjertestanspasienter på en god måte. Teksten er ledsaget av flotte illustrasjoner i farger.

Boken er systematisk bygd opp og gir en gjennomgang av oppdaterte retningslinjer for avansert hjerte-lunge-redning. Av nyttig bakgrunnsinformasjon nevnes bl.a. hvorfor de norske nasjonale anbefalingene avviker fra de europeiske. Videre blir alt fra etiologi, anatomi, spesielle årsaker til hjertestans via bruk av hjelpemidler og medikamentbruk til hva som gjøres etter vellykket resuscitering gjennomgått.

Her bør spesielt nevnes bruk av kapnografi under hjerte-lunge-redning, noe som fortjener økt implementering. Forfatterne gir også bra omtale av vanskelige temaer som avslutning av behandlingen og ikke minst når man kanskje skal avstå fra å begynne.

Det er vanskelig å forholde seg passiv under lesingen, da hvert kapittel avsluttes med kontrollspørsmål. Dette sikrer en aktiv og bevisst holdning til stoffet.

Teksten er lettlest og fungerer bra enten man møter stoffet for første gang eller bare trenger en oppfriskning.

Bård E. Heradstveit

Akuttmedisin
Kirurgisk serviceklinikk
Haukeland Universitetssykehus