

Systematisk og lettfattelig om søvnproblemer



Bjørn Bjorvatn
Ungdomssøvn
 Utredning og behandling av forstyrret døgnrytme og andre søvnlidelser. 185 s, tab, ill. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2016.
 Pris NOK 349
 ISBN 978-82-05-48983-7

Søvnproblemer blant barn og unge er et voksende problem som har flere årsaker. *Ungdomssøvn* peker innledningsvis på slike problemstillinger som mange kan kjenne igjen fra sin egen hverdag, enten som pårørende eller som behandler.

Forfatteren gir en kortfattet og relativt lettfattelig innføring i søvnproblemer generelt og har et særskilt fokus på søvnproblemer hos barn og unge. Boken kan med fordel leses av alle grupper av helsearbeidere og det kreves ingen særskilt medisinsk kunnskap for å kunne nyttiggjøre seg informasjonen. Slik sett kan den også være egnet for deler av allmennheten, personer uten medisinsk faglig bakgrunn som er særskilt opptatt av søvnproblemer og hvordan disse kan løses. Boken oppfattes ikke som noen medisinsk lærebok, og leger er trolig ikke den primære målgruppen.

Oppbygningen er pedagogisk god, med godt avgrensede kapitler. Det er lett å følge forfatteren gjennom de ulike temaene.

Det området av søvnbehandlingen hvor forfatteren muligens kunne gått noe mer i dybden, er behandling med legemidler. Dette kapitlet er noe overfladisk, men det er mulig at forfatteren har gjort det med hensikt ut ifra at leger ikke er den primære målgruppen.

Boken anbefales for alle som er interessert i søvnproblemer og som har behov for en systematisk og lettfattelig gjennomgang av temaet.

Lars Tanum

Seksjonssjef, FOU-avdeling psykisk helsevern
 Akershus universitetssykehus

Godt håndverk



Frode Samdal, Are Helseth
Kirurgi i allmennpraksis
 Håndbok i kirurgia minor og suturteknikk for allmennpraktiserende leger og medisinske studenter. 3. utg. 117 s, ill. Bergen: Fagbokforlaget, 2014. Pris NOK 409
 ISBN 978-82-450-1750-2

Som førstereisgutt i generell kirurgi er jeg stadig på leting etter gode fagbøker. Kirurgisk håndverk er vanskelig å videreformidle skriftlig. Nerhus og Lønnes *Metodebok i skadebehandling* og Hammer og Randsborgs *Brudd- og skadebehandling* er to bøker som er en viktig del av arbeidet ved mange poliklinikker. Jeg har imidlertid sett få bøker som tar for seg småkirurgisk teknikk mer detaljert enn hva disse bøkene gjør.

Da jeg rent tilfeldig kom over *Kirurgi i allmennpraksis*, kontaktet jeg derfor forlaget for å kunne vurdere en kopi. Selv om den tredje og siste utgaven kom i 2014, synes jeg den er verd å nevne i denne spalten, da den ikke tidligere er omtalt.

Forfatterne, henholdsvis spesialister i plastikk- og generell kirurgi, går vesentlig dypere inn på småkirurgisk teknikk enn man gjør i lignende bøker. Innledningsvis serveres man Fourniers sitat «There is no small surgery, only small surgeons». Dette er meget dekkende. Allmennleger, medisinstudenter, turnusleger, og etter min mening leger i spesialisering, vil ha godt av å lese boken.

Kapittelinnholdet er som forventet i en slik bok, og trenger ikke utdyping. Det er alle de praktiske tipsene, alle de tekniske betraktningene man selv måtte erkjent gjennom flere år med prøving og feiling, som er bokens styrke – særlig hva angår effektiv og skånsom anestesi. Forfatterne gjør med dette allmennleger i stand til å utføre flere inngrep selv, og lar de kirurgisk interesserte fortsette å søke perfektjon ved selv de minste operasjoner.

Boken er rikt illustrert av blant annet Kari C. Toverud. Kapitlene avsluttes av gode oppsummeringer. Den er konsis. Hva angår epidermale cyster, lipomer og tålidelser er den for kortfattet. Kapitlet *Andre prosedyrer i allmennpraksis* er forenklet fra tidligere utgaver, hvilket jeg mener er uheldig, for her har boken potensial til å bli et mer komplett prosedyreverk for allmennpraksis. Det store formatet og de stive permene gjør den til en lærebok mer enn en håndbok.

Jeg håper *Kirurgi i allmennpraksis* har sitt publikum allerede, og jeg anbefaler den helhjertet til dem som ikke har lest den. Pasientene vil være de som i siste instans tjener på det.

Stian Wendelborg

Lege i spesialisering i generell kirurgi
 Nordlandssykehuset Bodø