



Anmeldelser

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

Norsk lærebok om søvn

Mona Skard Heier, Anne M. Wolland

Søvn og søvnforstyrrelser

376 s, tab, ill. Oslo: Cappelen Akademisk Forlag, 2005. Pris NOK 398
ISBN 82-02-24344-0



Denne boken om søvn og søvnforstyrrelser er skrevet for leger, annet helsepersonell, psykologer og pedagoger. Forfatterne er begge spesialister i nevrologi og klinisk nevrofysiologi og har i en

årrekke arbeidet med søvnproblematikk.

Boken er oversiktlig bygd opp, med hovedtemaene søvnfysiologi, insomni, søvnrelaterte pusteforstyrrelser, hypersomnier knyttet til sentralnervesystemet, døgnrytmeforstyrrelser, parasomnier, psykisk relaterte søvnlidelser og søvn hos barn. Språket er forståelig og boken er lettlest, med en rekke kasuistikker og med gode figurer og tabeller.

Forfatterne ønsker å gi en oversikt over søvn og søvnforstyrrelser både ut fra et patofysiologisk nivå og et klinisk nivå, ledsaget av praktiske råd og anvisninger samt konkrete eksempler. Å favne såpass vidt gjør at enkelte temaer nødvendigvis blir summariske, der utdypende viten må hentes i større lærerverk. Gjennom bokens 376 sider får man likevel en god introduksjon til søvnmedisinens kjernespmå. Sentrale temaer som ikke-farmakologiske behandlingsmetoder ved primær insomni og forsinket døgnrytmesyndrom hos ungdom er godt beskrevet. Søvnplager som har fått økt oppmerksomhet de senere år, slik som fedme-relaterte pusteforstyrrelser under søvn og døgnrytmeforstyrrelser ved skiftarbeid har også fått god plass. Nå og da merker man at behandlingsforslagene i boken er uttrykk for forfatterne personlige kliniske erfaringer, hvilket både er verdifullt og naturlig i et relativt ung fagområde som søvnmedisin. Likevel kunne grensen mellom egne erfaringer og dokumentert kunnskap enkelte ganger vært klarere uttrykt. Et stort minus ved boken er at den ikke inneholder et stikkordregister – noe som ellers ville gjort den langt mer brukervennlig.

Alt i alt er denne gode læreboken om

søvnforstyrrelser svært velkommen i det ellers sparsomme utvalget av norske bøker om søvn. Den er brukbar både for spesialister og generalister innen medisin, så vel som andre profesjoner som møter søvnforstyrrelser i sitt virke. Boken vil være interessant lektüre både på kontoret og på nattbordet.

Arne Fetveit

Seksjon for allmennmedisin
Institutt for allmenn- og samfunnsmedisin
Universitetet i Oslo

Barns varierende oppvekstvilkår

Anna L. von der Lippe, Simon R. Wilkinson

Risikoutvikling – tilknytning, omsorgssvikt og forebygging

Et jubileumsskrift til Kari Killén. 165 s, tab, ill. Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring, 2005. Pris NOK 230
ISBN 82-7894-209-9



Kari Killén har vært en forkjemper for barns oppvekstvilkår i en årrekke. Hovedfokus for hennes kliniske og forskningsmessige arbeid har vært knyttet til barnemishandling og omsorgssvikt, særlig hos sped- og småbarn. Jubileumsskriftet som utgis i forbindelse med at Kari Killén fylte 70 år i 2004, har derfor ulike kapitler om barns tilknytningsforhold, omsorgssvikt, risikoatferd og ulike aspekter ved støtte og hjelp for barn som lever under svak eller sviktende omsorg.

Boken er delt inn i tre hovedavsnitt; om tilknytning, om omsorgssvikt og om samfunnets forhold til omsorgssvikt. I hvert avsnitt er det underkapitler der enkeltforfattere beskriver ulike områder. Det er i alt ti forfattere fra Norge, Sverige og Danmark.

Forfatterne har lagt opp sine kapitler ganske forskjellig. Det finnes oversiktsartikler over barns tilknytning til andre og forstyrrelser i denne prosessen. Boken har beskrivelser av forebyggende arbeid hos gravide rusmisbrukere, studier av symptomer, trivsel og mestring hos førskolebarn og artikler om risikofaktorer hos større barn og ungdom. Det er også kapitler om skolens rolle, barnevernets arbeidsmåter og behovet for samordning av ulike hjelpetjenester for

barn og familier. Til slutt i boken redegjør Kari Killén for sine fremtidsvyer om forebygging for å bedre oppvekstvilkårene for barn som lever i risiko for skjevutvikling.

Bokens styrke ligger i at den tar opp mange ulike forhold hos barn som lever i en situasjon der omsorgen ikke er tilstrekkelig. Her kan man lese om generelle forhold og om ulike prosjekter som har vært gjort på dette feltet. Redaktørene ser ut til å ha gitt forfatterne frie tøyler i sine presentasjoner. Dermed er det en del ting som gjentas i flere kapitler, og boken kan ikke anbefales som noen lærebok på feltet. Imidlertid vil lesere som er opptatt av barnemishandling, omsorgssvikt og barns oppvekstvilkår generelt, kunne finne interessante kapitler i boken.

Pål Zeiner

Sogn senter for barne- og ungdomspsykiatri
Oslo

Dialektisk atferdsterapi – håp for «håpløse»?

Anna Kåver, Åsa Nilssonne

Dialektisk atferdsterapi ved emosjonell ustabil personlighetsforstyrrelse

231 s, tab, ill. Oslo: Gyldendal Akademisk, 2005. Pris NOK 349
ISBN 82-05-34328-4

Dialektisk atferdsterapi er en av de nye retninger innen kognitiv atferdsterapi. Metoden er utviklet av Marsha Linehan, professor i psykologi ved Universitetet i Seattle, etter mange års terapierfaring med pasienter med alvorlig og selvskadende personlighetspatologi.

Etter å ha lest denne boken, forsterkes tidligere inntrykk av at dialektisk atferdsterapi er noe mer enn en ditt og datt-variant av de mange psykoterapiformer som finnes i fagfeltet.

Begrepet dialektisk i denne sammenheng viser til de uttalte motsetningene som eksisterer i slike pasienters liv og væremåte. Hovedmålgruppen er pasienter med emosjonelt ustabil personlighet (borderline personlighetsforstyrrelse) med suicidal atferd, en gruppe det tidligere har vært svært vanskelig å oppnå gode behandlingsresultater for. De er preget av å befinne seg i enten den ene eller andre ytterlighet i tankemønster og atferd som f.eks. å benekte følelser eller å bli totalt overveldet av dem, oppleve en annen som god eller ond, forholde seg

intensitet eller likegyldig i en relasjon osv. Slike enten/eller-posisjoner beskrives som dikotome (todelte), og målet for terapien er å komme ut av den dikotome form og å oppnå mer av det dialektiske mønster ved at individet kan bevege seg langs et kontinuum mellom ytterpunktene. Det vil bety større evne til å erkjenne følelser samt holde dem ut når de blir overveldende, oppleve andre personer som både gode og mindre gode samt opptre mer fleksibelt i relasjoner.

Boken er velskrevet og pedagogisk tilrettelagt, inndelt i fem deler. I første del gis en beskrivelse av personlighetsforstyrrelsen, også kalt den «gåtefulle diagnosen». Neste del handler om teori og struktur, tredje del om teknikker og strategier, fjerde del om vitenskap og empiri, mens i den femte gis to pasientberetninger. Forfatterne som er henholdsvis klinisk psykolog og psykiater ved Karolinska sjukhuset i Stockholm, virker godt skolert både teoretisk i sin forståelse og praktisk i sin utøvelse av denne terapiformen.

Terapien er todelt: ferdighetstrening og psykoterapi med hver sin terapeut. Sentralt står positiv mestring, men også selvdestruktiv atferd som må grundig bearbeides i påfølgende time der pasienten utfordres til å bevisstgjøre seg konsekvensene av sin selvdestruktivitet.

Forfatterne henvender seg til et bredt spekter av helsearbeidere. Første del samt kapittel fire i annen del er informativ og nyttig lesing for alle som er interessert i å tilegne seg kunnskaper om sentrale elementer i all forståelse av menneskers atferd i sin alminnelighet og psykiatriske pasienter i særdeleshet. Selve metoden er ikke umiddelbart enkel å tilegne seg. Det krever en kognitiv restrukturering hos den som vil bli terapeut i retning av mer dialektisk preget tenkning, åpenhet for telefonkontakt mellom timene samt villighet til å være tilgjengelig til enhver tid i første fase, som regel over noen måneder, inntil pasienten har oppøvet mer utholdenhet i egen kraft.

Som referanser er angitt artikler med forskningsresultater fra kontrollerte studier med dialektisk atferdsterapi. Selv om utvalgene er relativt små, virker konklusjonene holdbare: Pasientene viser mindre selvdestruktiv atferd med færre sykehusinnleggelser enn kontrollgruppene som har vært i andre terapiformer.

Dialektisk atferdsterapi er utbredt som behandlingsform i USA, i økende grad i Sverige, mens i Norge er den mindre synlig. Boken anbefales, og det er grunn til å hilse velkommen både den og et eventuelt initiativ til å etablere et liknende fagmiljø i vårt land. Det vil kunne bringe fagfeltet fremover i sin søken etter nye og mer virksomme behandlingsformer overfor terapiresistente grupper av pasienter.

Tore Gude
Modum Bad

En kort og praktisk innføring i etikk

Kjartan Skogly Kversøy

Etikk – en praktisk vinkling

Ulike perspektiver på det etiske landskapet. 122 s, ill. Bergen: Fagbokforlaget, 2004.

Pris NOK 239

ISBN 82-450-0334-4



Her presenteres ni ulike etiske perspektiver i løpet av ca. 100 letteste sider. De forskjellige perspektivene gir leseren innblikk i sentrale verktøy for analyse og refleksjon som kan brukes til å håndtere ulike etiske utfordringer. En relativt stor

del av boken er viet til å vise de ulike perspektivenes styrker og svakheter gjennom drøftinger av ulike eksempler som de fleste kan kjenne seg igjen i. Boken har også fått plass til en innledende del om hva etikk er og en avsluttende del om hvordan vi kan jobbe individuelt og i grupper for å utvikle vår etiske refleksjon.

Forfatter er filosof og pedagog Kjartan Skogly Kversøy. Kversøy har skrevet en lettest, udogmatisk og kort bok som burde kunne leses av alle som ønsker å få et raskt overblikk over det etiske landskapet. De fleste bøker om etikk og filosofi er betydelig lengre og tyngre å lese enn denne, selv om det i de senere år har kommet en mengde innføringsbøker i etikk, også på norsk.

Til tross for at boken er relativt kort, favner den vidt. Både mer tradisjonelle etiske tilnærminger som pliketik, dyds-etikk og nytteetikk samt nyere perspektiver som omsorgsetikk, diskursetikk, makt, fortolkning og vaner omtales. De fleste vil trolig kunne finne tips til fordypning i bokens anbefalte referanser.

Noen steder blir boken vel kortfattet, for eksempel om kasuistikk. Det kan også hevdes at noen av eksemplene ikke er de best egnede til å få frem forfatterens poenger og at kapitlenes lettfattelige struktur kunne vært enda mer gjennomført. Kapitlet om treningsopplegg for etisk refleksjon kunne med fordel ha nevnt at mange arbeidsplasser og institusjoner de siste årene har utviklet formelle fora for strukturerte etiske drøftinger, for eksempel profesjonsetiske råd, regionale forskningsetiske komiteer og kliniske etikkomiteer. I dette feltet finnes det også etter hvert en del litteratur om hvordan etikken kan omsettes i praksis. Gruppediskusjoner ved hjelp av ulike etiske perspektiver er selve bærebjelken i dette arbeidet.

Denne boken viser at etikk ikke trenger å være komplisert eller høytstående verken i formelle eller uformelle fora. Boken serverer kortfattede og forståelige poenger

fra etikkens historie og samtid, som trolig kan inspirere både individer og grupper til å reflektere over det vi gjør og ikke gjør.

Reidar Pedersen

Senter for medisinsk etikk
Universitetet i Oslo

Pårørendes møte med kreftsykdom

John Ove Lindøe, Ida Lindøe

Tid for å ta farvel

139 s. Stavanger: Wigegstrand Forlag, 2005.

Pris NOK 353

ISBN 82-8140-001-3



Den 56 år gamle kvinnen Rigmor fra Stavanger får julen 2003 diagnostisert lungekreft med spredning. I boken *Tid for å ta farvel* skildrer ektemannen John Olav Lindøe tiden etter kreftdiagnosen frem til Rigmor må gi tapt for kreften som-

meren 2004. I siste del av boken skriver Rigmors yngste datter Ida om sine opplevelser knyttet til morens sykdom.

John Oves historie er en nøkternt skrevet fortelling med et sterkt innhold. Han beskriver sjokket de opplevde da Rigmor fikk den alvorlige diagnosen. Han skildrer deres møte med helsevesenet som tidvis bød på mange frustrasjoner. Han forteller om sin opplevelse av at kona gradvis ble svekket og hjelpetrengende på grunn av sykdommen. Han reflekterer rundt hvordan ta farvel med hverandre etter mange års samliv. Han opplevde at hans kone bare i liten grad ønsket informasjon om sykdom og prognose. Hun ønsket heller ikke å snakke direkte om den forestående døden. Datteren Idas beretning er skrevet i en direkte og ungdommelig stil. Hun forteller om hvor uvirkelig det var at hennes mamma plutselig fikk kreft. Hun skildrer tiden de hadde sammen mot slutten, om stunder med både gråt og smil, om kjærlighetserklæringer på SMS og ikke minst om smerten ved å se sin mor lide på slutten av sykeleiet.

Forfatterne ytrer både kritiske og berømmende kommentarer til kreftomsorgen. Mangelen på kontinuitet i oppfølgingen, stadig nye leger og følelsen av at ingen tar ansvar bidrog til å gjøre tilværelsen vanskelig for den kreftrammede familien. Samtidig opplevde de at Rigmor fikk god pleie på sykehjemmet de siste månedene hun levde.

Et annet sentralt tema i boken er hvordan man mentalt takler det å bli alvorlig syk og vite at man snart skal dø. Denne historien er en personlig beretning om de valg Rigmor tok, om hvordan hun ønsket å fokusere på det livet som var istedenfor å snakke om fremtiden. Dette var hennes måte å ta farvel på.