

---

## Brukerveiledning for nybakte foreldre

---

BOKOMTALER

---



Boken er primært myntet på foreldre som nettopp har fått eller skal ha barn, men sekundært også helsepersonell som har med gravide, fødsel og babyer å gjøre. Hovedhensikt er å gi hjelp til selvhjelp for å løse problemer for nybakte foreldre fra barseltiden og gjennom de første par leveår med hovedvekt på babytiden.

Boken er bygd opp kronologisk med start ved fødselen. Selve fødselen er ikke hovedtema. Boken er meget oversiktlig med punktvis oppsummering på slutten av hver av de 24 kapitlene. Fotografiene, signert Herdis Maria Siegert, er av meget høy kunstnerisk kvalitet. Teksten er lettlest med god språklig form, helt uten allment utilgjengelige faguttrykk, og gjennomsyret av humor og varme. Formen er nærmest som en muntlig samtale, og dette fungerer til å skape nærhet uten å virke belærende. På grunn av den klare inndelingen kan boken både leses fra perm til perm og brukes som oppslagsbok.

Kapitlene tar for seg et vell av aktuelle problemer fra de forskjellige fasene fra barseltiden og barnets første par leveår. Hovedvekt er lagt på amming, men temaer som søvn, familiens liv som helhet og en rekke andre problemer er rikt belyst. Vinklingen er svært konkret og praktisk og forfatteren har våget å ta stilling og si sin egen mening om gode måter å gjøre ting på. I rimelig grad siteres vitenskapelig litteratur. Det går jevnt over klart frem når hypoteser som fortsatt bare er hypoteser og ikke bevist, settes frem. Et slikt eksempel er den mulige fordelene amming kan ha for barns intelligens.

Forfatteren har hele tiden blikk for den store risikoen for at mødre føler at de "ikke får til godt nok" for eksempel amming. Hovedvekten er, som tittelen angir, lagt på mors opplevelse av problemene. Imidlertid er jo en hovedoppgave for en pappa i denne tiden å forstå og støtte barnets mor. Boken er således viktig og nyttig også for fedre.

Boken burde være obligatorisk på venterommet på alle helsestasjoner. Hele boken kan oppsummeres som en litterær inkarnasjon av den perfekte bestemor – nyttig i vår tid!

---

KristianSommerfelt

Barneklubben

Haukeland Sykehus

---

Publisert: 10. mai 2000. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 4. juni 2026.