

---

## God bok om stress og sykdom

---

BOKOVERSIKT

---



Dette er tredje boken tidligere seksjonssjef ved Avdeling for medisinsk gastroenterologi, Sahlgrenska Universitetssjukhus i Göteborg, skriver om stress og sykdom, spesielt gastrointestinale lidelser som ikke-kardiale brystmerter, funksjonell dyspepsi og irritabel colon. Den første boken kom i 1985, den andre i 1988. Ved siden av sitt spesialfelt fordøyelsessykdommer, har Gerhard Dotevall solid utdanning i psykosomatikk, blant annet fra USA så tidlig som i 1964. Med denne bakgrunn har han i lengre tid vært på krigsstien mot ukritisk bruk av perifert virkende medikamenter, spesielt selektive syresekresjonshemmere, ved de ovenfor nevnte tilstander. Og nyere forskning har i stor grad støttet hans synspunkter. Han fortsetter derfor kampen med stor iver og smittende entusiasme.

I denne boken presenterer han et "helhetssyn" angående etiologi, patogenese og behandling for de ovenfor nevnte funksjonelle tilstander. Han mener at dette er psykosomatiske lidelser og presenterer solid dokumentasjon for denne påstand. De aller nyeste forskningsresultatene er med, noen referanser er faktisk fra 2001. Det er hyggelig at han refererer våre Bergens-resultater. Spesielt fremhever han Tone Tangen Haugs arbeider.

Mye av forskningen angående funksjonelle tilstander har skjedd innen psykologi og psykiatri. Det er derfor nødvendig med en tverrfaglig tilnærming. Pasientene med slike tilstander blir ofte henvist til gastroenterolog, og det er viktig at de prøver å forstå "mennesket bak sykdommene" og ikke bare satses på kunnskap og tekniske ferdigheter innen endoskopi og ultralyd. Dotevall gir en populær, men bred og oppdatert innføring i basale stressreaksjoner og betinging med en spennende henvisning til anatomiske og fysiologiske korrelater. På enkel måte forklarer han hvor i sentralnervesystemet de forskjellige reaksjonene foregår og hvilke substanser som er budbringere.

Subjektive helseplager er i dag den viktigste årsak til sykmelding. Det vil si at hos de fleste langtidssykmeldte kan somatisk sykdom ikke dokumenteres. Gjennom det autonome nervesystem står gastrointestinaltractus i intim kontakt med sentralnervesystemet, spesielt den "emosjonelle hjernen". Stress og følelser gir derfor lett forstyrrelser i gastrointestinale funksjoner, og funksjonelle mageplager utgjør en viktig del av de ovenfor nevnte subjektive helseplager. Hver tredje nordmann har slike mageplager, og en stor del oppsøker helsevesenet og mange blir henvist til spesialist og spesialundersøkelser for å utelukke organisk sykdom. Dotevall forsøker ikke å endre denne praksisen, men peker på at psykosomatisk innsikt kommer godt med på alle nivåer i helsevesenet, ikke bare ved funksjonell gastrointestinal sykdom, men også ved en rekke beslektede tilstander som fibromyalgi, anorexia nervosa, halitose samt funksjonelt besvær fra urinveier og genitalia. Det er typisk at disse pasientene har symptomer og plager fra en rekke organsystemer (somatisering) og det er viktig at også spesialistene er oppmerksomme på dette og ikke fokuserer kun på ett spesifikt organ. Behandlingen er vanskelig, ofte nesten like vanskelig som ved posttraumatisk stressforstyrrelser som Dotevall trekker frem som en modelltilstand ved ytterpunktet av det vi her snakker om. Som ved posttraumatisk stressforstyrrelser finnes basale betinginger der stress er koblet til emosjoner og somatiske sensasjoner. Dette sitter så fast at det vanskelig kan endres. Det man håper på, er at man ved læring og fornuft kan modifisere og svekke reaksjonene.

Dotevall har tydeligvis tro på slik kognitiv psykoterapi. Men denne ressurskrevende behandlingen er dessverre ikke tilgjengelig for de fleste. En forståelsesfull lege kan likevel gjøre en god del ved å øke pasientens innsikt og kanskje i tillegg gi lave doser antidepressiver. Resultatene av behandlingen er alltid like godt dokumentert. Dotevall er en av våre mest erfarne gastroenterologer og det er greit å vite hva han tror på og hva han ikke tror på.

Dette er et forskningsfelt i rask og spennende utvikling. Etter hvert som man forstår mer av stressbiologien, vil trolig forståelsen av disse tilstandene også øke. Dotevall har vært en pioner som har beriket gastroenterologien i betydelig grad. For dette fikk han allerede i 1985 den nordiske gastroprisen. Dotevall skriver godt, og denne populærvitenskapelige boken kan anbefales alt helsepersonell som steller med disse pasientene.

---

ArnoldBerstad

Haukeland Sykehus

---

---

Publisert: 20. oktober 2001. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.