

---

# Den mellommenneskelige interaksjon – vår viktigste droge

---

## BOKOVERSIKT

---

Denne kortfattede boken omhandler terapeutiske effekter knyttet til den mellommenneskelige interaksjon mellom behandler og pasient, og den enkelte pasients selvhelbredende, iboende krefter. Bokens målgruppe er alle som behandler mennesker med helseproblemer, ikke minst allmennpraktikere, men den er også relevant for politikere, helseadministratorer og for pasientene selv. Forfatterne er britiske allmennpraktikere tilknyttet universitetet i Exeter, henholdsvis som forsker og lærer.

Boken består av tre hoveddeler. Del 1 er en kortfattet innføring (ikke helt lettlest) i medisinsk historie og filosofi. Del 2 tar for seg placebofenomenet og hvordan dette kan forklares, og ikke minst dets potensial. Her savnes imidlertid en omtale av nocebobegrepet og dets implikasjoner. Viktig forskning blir gjennomgått, blant annet innen psykoneuroimmunologi. Del 3 beskriver hvorledes teorien kan omsettes i praksis. Dette gjelder eksempelvis hvordan lege-pasient-forholdet kan optimaliseres ved å spille på og utnytte ”magiske knep”, terapeutisk autoritet, empati, kroppskontakt, humor, styrke pasientens selvbilde og å indusere håp. Det gis også innføring i teknikker som pasienter kan bruke selv, slik som selvhypnose, kreativ og positiv tenkning, visualisering og bruk av selvhjelpsgrupper.

Boken er lettlest og gir en god gjennomgang av viktig forskning med omtale av spesielt relevante studier, som man også kan fortelle om til pasientene. Den gir en overbevisende argumentasjon for betydningen av å inkludere mellommenneskelig interaksjonseffekter i medisinsk tenkning og handlemåte. Ikke minst viktig er dette som en påminning om ikke bare å la seg styre av en rivende teknologisk utvikling, der ”maskinfeil og reparasjon” lett kan bli stående i sentrum. Dessuten kan disse effektene utnyttes i ethvert møte mellom behandler og pasient – helt gratis! Boken anbefales til alle som vil lære om og utnytte denne drogen i seg selv.

---

EvenLærum

Formidlingsenheten

Nasjonalt ryggnettverk

Oslo

---

---

Publisert: 10. april 2002. Tidsskr Nor Legeforen.

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