

---

# Barselkroppen

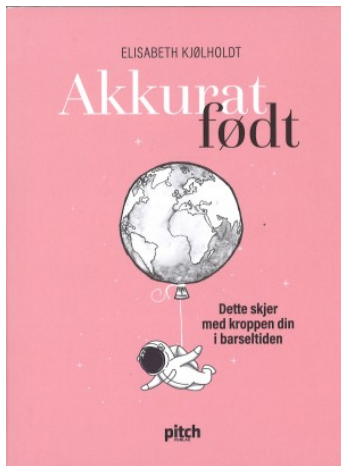
---

## ANMELDELSER

RAGNHILD FJELLTVEIT SKAGSETH

Lege i spesialisering, Kvinneklinikken  
Haukeland universitetssjukehus

---



---

Elisabeth Kjølhøldt

Akkurat født

Dette skjer med kroppen din i barseltiden. 272 s, ill. Oslo: Pitch Forlag 2019.  
Pris NOK 379

ISBN 978-82-93551-39-3

---

*Akkurat født* retter seg primært til kvinner som har en fødsel i vente eller er i barsel. Dette er ikke en lærebok, men forfatter Kjølhøldt, som er under spesialisering i allmennmedisin og psykiatri, formidler kunnskap til leserne på samme måte som en fastlege ville henvendt seg til pasientene sine. Boken tar for seg naturlige prosesser rundt fødsels- og barselid, men også de vanligste komplikasjoner og sykdommer som kan oppstå i barselid.

Boken er delt opp i fire kapitler: først et kort kapittel om fødsel, deretter to fyldige kapitler om somatikk og psyke i barselid, og til slutt et lite kapittel rettet mot den vordende far. *Akkurat født* er en lettlest bok. Forfatteren

forklarer faglige termer, bruker en del ordspill og refererer til kjente sanger og litterære tekster for å lette på stemningen. I hvert kapittel finner man anekdoter fra både kjente og ukjente personer. Boken er også krydret med illustrasjoner, signert av forfatteren selv. Slik blir relevant anatomi formidlet, men flere av tegningene er også lagt inn for å illustrere følelser eller spille på humor.

Boken er informativ, og jeg syns de største, mest relevante momenter blir dekket. Forfatteren forsøker å avdramatisere og naturliggjøre kroppens prosesser – og lykkes i stor grad med dette. Psykiske utfordringer i svangerskap og barseltid er også viet en god del oppmerksomhet. Forfatteren er tydelig på når man bør oppsøke lege eller annen hjelp – dette er bra.

Noe jeg savner i boken er referanser. Boken likner for meg en vellykket konsultasjon hos fastlegen: Jeg får informasjon med gode forklaringer, støtte, smil og gjerne en liten latter. Men når det er snakk om en bok, vil jeg gjerne vite hvor forfatteren har hentet informasjonen fra. Det meste av innholdet stemmer godt overens med det jeg selv har i hodet etter flere år med relevant arbeidserfaring samt egen og venninners barselopplevelser. Likevel avviker noe av informasjonen fra hva jeg selv har i min egen lille «database». Kanskje det ikke er så nøye, de små forskjellene i hva vi formidler. Men ofte er det avvik i informasjon fra forskjellig helsepersonell som gjør pasienter usikre. Siden informasjonen blir gitt i skriftlig form av en fagperson, hadde jeg satt pris på flere referanser. Jeg ergrer meg også over at det forekommer forglemmelser i boken, slik som i avsnittet om behandling av skade på sfinkter, hvor det viktigste behandlingsalternativet (primær sutur) ikke blir nevnt.

Forfatteren gir seg ikke ut for å ha skrevet en fagbok, men en lettlest og informativ bok til kvinner flest om hva som skjer med kroppen i barsel. Det har hun i stor grad lykkes med.

---

Publisert: 9. september 2019. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.19.0362  
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 14. juni 2026.