

debatten om hvem som bør lede våre sykehusavdelinger og klinikker, er kapittel 3 av Bulukin & Døving om lederlegitimitet, med kommentar av Strand, av interesse. Bush' kapittel om økonomistyring i et organisasjonsteoretisk perspektiv, med etterfølgende kommentar av Pettersen, tegner en befriende bred forståelse av begrepet «økonomistyring».

Så følger kapitler om arbeidssosiologi, bedriftsdemokrati og organisasjonsutforming i forvaltningen. Tidsskriftets lesere vil nok ha interesse av Johnsen's kapittel om økonomisk organisasjonsteori og «ny offentlig styring» (NOS, «new public management»). De mange leger som har blandede følelser for dette begrepet finner her en tankevekkende sammenlikning med det forfatteren kaller «gammel offentlig styring» (GOS), der han hevder at dette ikke er synonymt med god offentlig styring. Han drøfter også ny og gammel offentlig styring i forhold til «ny offentlig forvaltning» (NOF, «new public management»). I de tre siste kapitlene omtales, drøftes og utfordres forskjellige teorier om blant annet teknologi og vitenskapelig erkjennelse.

Selv for en lege med erfaring og utdanning i helseadministrasjon er dette relativt tungt tilgjengelig stoff, kanskje mye fordi vi her har å gjøre med noe som i høy grad er en debattbok. Men nettopp for leger som ønsker å delta i debatter om organisering og ledelse av helsevesenet og/eller har lederjobber, vil boken bidra til nyttig klassifisering og forståelse av organisasjonsvitenskap. Den vil helt sikkert bidra til mer systematisk tenkning omkring våre utfordringer.

Jarl Å. Jakobsen

Bilde- og intervensjonsklinikken
Rikshospitalet-Radiumhospitalet

Forbrenning av fett – nøkkelen til vektreduksjon?

Fredrik Paulún

Fettforbrenning

Alt du trenger å vite. Komplette fettforbrenningsprogram. 192 s, tab, ill.
Oslo: Cappelen, 2006. Pris NOK 299
ISBN 82-02-25851-0



Her er kostholds- og treningsinformasjon samlet på ett sted. Forfatteren henvender seg til personer som etter vår mening må være normalvektige, godt trent og asketisk opptatt av

kosthold. Det er mye tekst, men et muntlig og direkte språk gjør boken lett å lese. Fine bilder (som ikke er direkte relatert til stoffet) gjør den innbydende. Den inne-

holder nyttige tabeller for den som er nysgjerrig på forholdet mellom vektprosent og fettenergi i matvarer, fettinnholdet i ulike fiskeslag, de ulike fettsyrenes egenskaper, energiforbruket ved ulike aktiviteter osv.

Vi får en grundig og stort sett riktig innføring i energibalanse, fettcellenes liv og virke og hvilke faktorer som påvirker fettforbrenningen. Det er en stor arvelig komponent i fettforbrenningen, og dette må man ta hensyn til. At man trenger både høyt energiforbruk og god fettforbrenning for å oppnå effektiv og varig vektreduksjon, synes å være bokens grunnleggende budskap, men påstanden mangler dokumentasjon. Allikevel tilbakeviser forfatteren helt riktig myten om at man ved lavintensitets-trening forbrenner fett bedre enn ved høyintensitets-trening. Tenk over følgende eksempel: Hvis du går i 30 minutter og forbruker 220 kcal, er halvparten fettforbrenning (110 kcal). Hvis du løper istedenfor, forbruker du 330 kcal, hvorav en tredel fra fett (igen 110 kcal), men totalt sett har du forbrukt 110 kcal mer i den halvtimen som du hadde til rådighet ved å løpe istedenfor å gå (og det vil over tid naturligvis gi større vektreduksjon).

Forfatteren anbefaler en dobling av proteininntaket (til 30 energiprosent). Man bør få i seg 40 energiprosent lavglykemiske karbohydrater og tilstrekkelig mengde enumettet og flerumettet fett (30 energiprosent totalt fettinnhold) samt rikelig med vann. Vann er bra, men det er ikke vist at et slikt kosthold er lettere gjennomførbart eller mer fordelaktig når det gjelder vektreduksjon enn et kosthold med mindre protein og mer komplekse karbohydrater (som også er snillere mot verdens ressurser). Forfatteren beskriver ulike metoder for å måle fettprosenten. I tillegg er det en ukes kostholdsprogram og et treningsprogram. Kostprogrammet gir 1 700 kcal fordelt på frokost, lunsj, mellommåltid, middag og kvelds og bygger på slankematvarer som cottage cheese, skummetmelk, lettyoghurt, eggehvite, rugflak, pumpernikkel, kalkun, kylling, tunfisk og torsk, og litt frukt og grønnsaker. I treningsprogrammet legges det opp til 24 økter (19 spaserter av 30–90 minutters varighet og seks økter med 60 minutters styrketrening) i løpet av de to ukene programmet varer.

Man sitter igjen med spørsmålet om hvor stor effekt disse drastiske endringene i kosthold og trening har? Det som blir fremhevet teoretisk, blir ikke gjennomført i praksis. Store studier har vist forebyggende effekt på forekomsten av diabetes type 2 med betydelig mer moderate endringer enn disse som er foreslått her.

Serena Tonstad

Mette Svendsen
Avdeling for preventiv kardiologi
Ullevål universitetssykehus

Rollen som helsedirektør i England 1855–1998

Sally Sheard, Liam Donaldson

The nation's doctor

The role of the chief medical officer 1855–1998. 238 s, tab, ill. Oxon: Radcliffe, 2006. Pris NOK 513
ISBN 1-84619-001-0



Forfatterne er en historiker (Sheard) og den engelske helsedirektøren siden 1998 (Donaldson). England fikk sin helsedirektør (Chief Medical Officer, CMO) etter koleraepidemiene midt på 1800-tallet. Også i dag har den

engelske CMO med sin uavhengighet en unik posisjon i forhold til liknende embeter i andre land. Her fortelles om de 14 helsedirektørene inntil 1998, alle menn, og deres vandring i maktens korridorer. I trekanten statsråd – helsedirektør – departementsråd har samarbeidet variert fra sterk tillit til mer anstrengte relasjoner. Det samme gjelder forholdet til the British Medical Association. Selv om ståstedet for en CMO ikke direkte kan sammenliknes med forholdene i Norge, blir det mange gjenkjennende nikk for en leser med mange års fartstid i ledelsen i Helsedirektoratet/Helsetilsynet.

Et grunnleggende og nesten konstant trekk har vært stillingsinnehaverens uinnskrenkede rett til direkte tilgang til statsråden. Balansen mellom den medisinskfaglige kompetansen og den generelle administrative departementsstrukturen har vippet. Vi får beskrevet hardtarbeidende ledere og hyppige trusler om nedskjæringer til tross for økende arbeidsoppgaver. Antallet medarbeidere har svingt, og den siste av de 14, Ken Calman, kommenterte i 1998 at hans stab bestod av en sekretær og en mobiltelefon.

«Public health», eller samfunnsmedisin, har vært det faglige ståstedet. Helseminister Aneurin Bevan drev frem the National Health Service (NHS) i 1948, som et av høydepunktene i samfunnsmedisinens historie, og den daværende CMO, Wilson Jameson, hadde en sentral rolle i planleggingen. Han brukte også mediene aktivt for å nå ut til befolkningen, og var den første, trolig i hele departementssystemet i England, som brukte radioen. I 1942 gikk han ut i BBC med sterk anmodning til foreldre om å vaksinere barna mot difteri. Senere samme år brukte han radioen til å advare mot kjønnssykdom, særlig syfilis og gonorré, ord som omtrent ikke hadde vært brukt overfor befolkningen inntil da.

Myndighetenes kamp mot tobakken ble langtrukken, og først i 1972 kom det