

## Akademikerens blikkdiagnose

Lavoll-Nylenna A.

### Spis smart

Mat for hjernen. 125 s, ill. Oslo: J.M. Stenersens forlag, 2007. Pris NOK 249  
ISBN 978-82-7201-423-9



Blikkdiagnosen var noe ufordelaktig, overskriftene tabloide. Stoffet så ved første øyekast ut til å passe best i et ukeblad. På den annen side – var det ikke noe kjent ved det etternavnet?

Motvillig lot jeg

boken få en plass blant ventende oppgaver bakerst på skrivebordet. Vel hjemme fra treningssenteret oppdaget mor i huset den. «Har du kjøpt denne til meg?» spurte hun undrende, men gledesstrålende, «akkurat det jeg trenger nå!» Og borte var både hun og boken.

De lot ikke vente lenge på seg, de uunngåelige kommentarene som enhver akademiker møter i sosial sammenheng, og som hver gang gir det samme uunngåelige resultat: At omgivelsene mildt overrasket må konstatere at fagpersonen ikke har det minste greie på selv de enkleste sammenhenger. Som at cottage cheese kan være bra for å få sove. At tran kan dempe AD/HD og aggresjon. At det er masse magnesium i mandler, og at grovt brød med avokado og egg er supert mot demens.

Dette er en bok med mye luft, korte avsnitt og store overskrifter. Illustrasjonene kan telles på en sagverksarbeiders hånd, men det er ikke noe stort savn. Små kasuistikker innleder hvert kapittel. Essensen i hvert kapittel klargjøres raskere enn Nescafé av de stikkordsmessige ingressene, som på sitt vis fungerer som en slags abstrakter. «Spis: Egg, fet fisk, valnøtter og linfrø. Unngå: for mye oljer.» Viktige poenger fra teksten og matvarer som omtales er uthevet i den sjenerøse margin.

Forfatteren har gjort en god jobb med å omskrive faguttrykk til alminnelig norsk, og forklarer greit de faguttrykkene det har vært nødvendig å bruke. Teksten er lettlest og språket flyter godt, men avsnittene blir ofte i korteste laget, og noen steder erstattes brødteksten litt for mye av faktaruter og stikkord. Dermed er det ikke en bok man får lyst til å lese sammenhengende fra perm til perm. Men avsnittene står godt på egne bein. Boken tåler at man slår opp, men er for tynn til å fungere som noen oppslagsbok. I teksten er det ingen kildehenvisninger, men bakerst står det en nokså blandet kildeliste, med alt fra artikler i internasjonale medisinske tidsskrifter til Internettsteder av ulik valør.

Dette bringer oss til det vanskelige spørsmålet om hvem denne boken kan være av interesse for. Den er en enkel og kortfattet presentasjon av sammenhenger mellom kosthold og hjernens funksjon. Noe av stoffet er godt dokumentert, mens det andre steder blir nokså spekulativt. At kalkunkjøtt skal virke mot depressive tendenser fordi det er rikt på tryptofan, som kan omdannes til dopamin som i sin tur kan stimulere hjernens belønningsmekanismer, er ett av flere eksempler på det. Fagfolk kan nok bruke boken som et utgangspunkt, men må vurdere kildene. Lesere uten tilstrekkelig grad av kildekritikk vil kunne oppfatte den som ufortjent autoritativ. Det er på den annen side fortjenstfullt at forfatteren har laget en sammenhengende fremstilling av matvarer og næringsstoffer som kan påvirke ulike sider ved hjernens funksjon. Boken vil interessere mange, men hører neppe hjemme i fagbiblioteket.

### Geir Bråthen

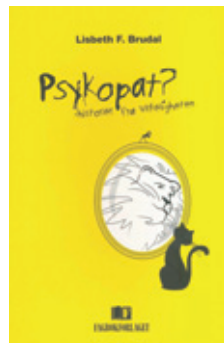
Nevrologisk avdeling  
St. Olavs Hospital

## Lettlest om psykopati

Brudal LF.

### Psykopat?

Historier fra virkeligheten. 177 s.  
Bergen: Fagbokforlaget, 2007. Pris NOK 249  
ISBN 978-82-450-0587-5



Forfatteren ønsker å gi et klarere bilde av den ikke-kriminelle psykopaten og av personer som ikke har evner til empati. Lisbeth Brudal er en aktiv formidler i dagspressen og har utgitt en rekke mer populærvitenskapelige bøker om psykologiske fenomener. Noen klar målgruppe angis ikke, men boken er skrevet i en form og sjanger som tyder på at den er myntet på en bred leserskare.

Boken er meget lettlest og inneholder 20 korte kapitler. Kapitlene kommer i naturlig rekkefølge og omfatter alt fra psykopatiske personlighetstrekk, historier fra virkeligheten, Peer Gynt, Narkissos, mimetisme og moderne hjerneforskning om speilnevroner. Det som binder det hele sammen er forfatterens analyse av skuespillet *Peer Gynt*. Denne analysen er vel også det mest interessante. Analysen gjør absolutt boken mer leservennlig og levende.

Mye av det andre stoffet er hentet fra tidligere bøker og er nok allerede velkjent for fagfolk innen medisin og psykologi.

Boken inneholder minimalt med faglig sjargong og uttrykksmåte. Leseren får et visst innblikk i hvordan psykopaten opplever av nære personer i hans/hennes omgangskrets og hvordan mangel på empati gir nære personer en følelse av å være betydningsløse. I tillegg prøver forfatteren å gi et innblikk i hvordan psykopaten selv har det. Hvordan han/hun kun er opptatt av situasjonen her og nå samt har få tanker og drømmer om fremtiden. Noe som igjen fører til ensomhet og isolasjon. Det gis ingen nye, oppsiktsvekkende råd om hvordan man skal takle psykopaten. Selv om forfatteren nevner at en mulig behandlingsform kan være en type opplæring i empatisk kommunikasjon, er nok behandlingsrådet fortsatt: prøv å komme deg bort.

Dette er ingen dybdebok om psykopati. Den er enkel og lettlest, men for overfladisk for fagpersoner. For personer utenfor medisinen og psykologien kan den imidlertid ha sin misjon.

### Jan Ivar Røssberg

Avdeling for forskning og undervisning  
Divisjon for psykiatri  
Ullevål universitetssykehus

## Nyttig veileder i vanskelig landskap

Pane A, Burdon M, Miller NR.

**The neuro-ophthalmology survival guide**  
424 s, ill. Edinburgh: Elsevier Mosby, 2007.  
Pris GBP 40  
ISBN 978-0-723-43405-4

Denne boken bør finnes på ethvert øyelegekontor, men også andre leger kan ha stor nytte av den i sitt daglige arbeid.

En styrke er at den tar utgangspunkt i symptomene. Deretter omtales funn ved kliniske undersøkelser, anbefalte supplerende undersøkelser, årsaker samt mulige differensialdiagnostiske overveielser, og temaene avsluttes med et utmerket behandlingskart. Hvert kapittel omtaler et spesifikt klinisk symptom: synsnedsettelse, dobbeltsyn, forbigående synstap, opplevelse av unormale bevegelser av omverdenen, ulike pupillestørrelser, nedhengende øyelokk, svakhet og spasmer i ansiktet, samt smerter rundt og i øyet. Et eget kapittel er viet ikke-organisk synstap.

Det første kapitlet gir 20 «gylne regler» som hjelp for å unngå de vanligste og farligste muligheter for feildiagnoser.

Til tross for bokens beskjedne omfang, er den rikelig illustrert. Spesielt vil jeg anbefale omtalen av dobbeltsyn, hvor teksten er supplert med meget gode illustrasjoner, både av øyebevegelser og de aktuelle nevreradiologiske funn. Det finnes også en nyttig og detaljrik oversikt over de forskjellige synsfeltdefektenes lokalisasjonsverdi.

Forfatterne er fra tre kontinenter; Australia (Pane), Europa (Burdon) og USA (Miller). Den mest kjente er sistnevnte, nevrooftalmolog ved Johns Hopkins. Han har vært redaktør for de siste utgavene av «nevrooftalmologiens bibel» *Walsh & Hoyt's Clinical neuro-ophthalmology*.

Hvis man skulle ha noe å utsette på boken, ville jeg si at det didaktisk hadde vært riktigere å starte med nevrooftalmologiske undersøkelsesmetoder, fremfor å ta det som et avsluttende kapittel.

Alt i alt er dette en praktisk, symptomorientert bok i nevrooftalmologi for alle som ikke har spesialkunnskap på dette feltet.

#### Emilia Kerty

Nevrologisk avdeling  
Nevroklinikken  
Rikshospitalet

## Hvordan stoppe fedmeepidemien?

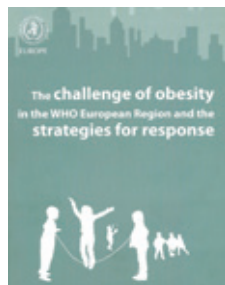
Branca F, Nikogosian H, Lobstrein T, red.

### The challenge of obesity in the WHO European region and the strategies for response

232 s, tab, ill. København: WHO Europe, 2007.

Pris CHF 70

ISBN 978-92-890-1408-3



Nye norske data viser at hver femte nordmann er fet, og hver femtiende nordmann kan være sykkelig fet. Det er derfor viktig at leger har gode kunnskaper om årsaker til fedme, forebygging og behandling.

Målgruppen for denne boken er alle med interesse for fedme inkludert helsepersonell, politikere, vitenskapelige miljøer og pasientorganisasjoner. Den inneholder en samling artikler som er utarbeidet av eksperter innen folkehelse, ernæring og medisin som bakgrunnsmateriale for en ministerkonferanse om fedme som ble arrangert i Istanbul i november 2006. Hensikten med boken er å viderefremme de viktigste konklusjonene fra dette møtet. Den er formet som en handlingsplan og inneholder retningslinjer som man håper kan bidra til å stoppe økningen av fedme hos barn og dempe fedmeepidemien i løpet av de neste ti årene.

Boken består av 23 kapitler. Den starter med et kapittel om prevalenstall og helsekonsekvenser av fedme og avslutter med et kapittel med råd om hvordan gjennomføre de politiske prosesser som er nødvendig for endring. Den er lettest, skrevet på engelsk, men inneholder en god del detaljer

som ikke er like interessante for alle. Den egner seg best som oppslagsbok, og de enkelte kapitler kan med fordel leses uavhengig av hverandre. Hvert kapittel starter med en faktaramme som inneholder hovedbudskapene.

Både økonomiske, etiske og helsemessige argumenter brukes for å understreke hvorfor fedmeepidemien må tas alvorlig. Det gis også relativt konkrete råd om hva som må til for i første omgang å stoppe økningen av antall fete, og deretter reversere denne tendensen. Spesielt viktig er det nå å sette søkelys på og prioritere barn og unge. Det understrekes at konkrete tiltak må iverksettes på alle plan; nasjonalt, i lokalsamfunnet, i skolen, på jobben, i næringslivet og i helsevesenet. Dette krever en samlet innsats fra beslutningstakere innenfor politikk, næringsliv, helsevesen og forskning, og alle disse burde derfor lese boken. Publikasjonen er fritt tilgjengelig for nedlasting fra Internett: [www.euro.who.int/document/E90711.pdf](http://www.euro.who.int/document/E90711.pdf).

#### Jøran Hjelmesæth

Senter sykkelig overvekt  
Sykehuset i Vestfold  
Tønsberg

## Genetisk kardiologi med uklar målgruppe

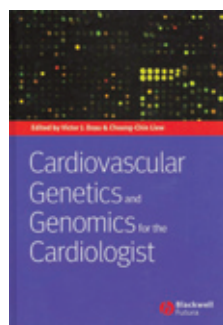
Dzau VJ, Liew C-C, red.

### Cardiovascular genetics and genomics for the cardiologist

308 s, tab, ill. Oxford: Blackwell, 2007.

Pris GBP 80

ISBN 978-1-4051-3394-4



Denne boken er skrevet for kardiologer, og hensikten er å gi en oppdatering når det gjelder genetisk betingede hjerte- og karsykdommer. Særlig har forfatterne satt søkelyset på molekylærgenetiske årsaker til hjerte-

og karsykdommer, og hvordan molekylærgenetisk kunnskap kan benyttes til diagnostikk og behandling. Dette er et prisverdig initiativ fordi kardiologer, som andre klinikere, trenger å ha en molekylærgenetisk forståelse av de sykdommene de arbeider med. Ikke minst er dette nødvendig for å vurdere indikasjon for å rekvirere en gentest, og for å omsette et gentestresultat til behandlingstiltak for den enkelte pasient og vedkommendes slektninger.

I et innledende avsnitt omtales viktige genetiske begreper, deretter er stoffet inndelt i tre deler. Den første omhandler

enkeltgensykdommer, den andre polygene sykdommer og den tredje omhandler fremtidige prinsipper for diagnostikk og terapi basert på molekylærgenetiske metoder. En svakhet er at det nok er forskjellige målgrupper for de tre delene.

Delen om enkeltgensykdommer omhandler familiær hyperkolesterolemi og andre hyperkolesterolemier, kardiomyopati og lang QT-tidsyndrom. Dette er den delen av boken som burde være av interesse for de fleste kardiologer, og hvor de sykdommene som omtales, kan diagnostiseres ved gentesting også i Norge.

De to neste delene vil jeg si primært er av interesse for kardiologer som driver aktiv forskning innenfor de omtalte feltene. Delen om polygene sykdommer omhandler genetiske aspekter ved aterosklerose, hjertesvikt og hypertensjon. Mye av den molekylærgenetiske kunnskapen som presenteres, er basert på sammenlikning av frekvenser av enkelt nukleotidpolymorfismer mellom pasienter med manifest sykdom og friske kontrollpersoner. Den biologiske relevansen av disse dataene kan nok diskuteres, og de har i dag ingen praktisk, klinisk anvendelse.

Delen om fremtidige prinsipper for diagnostikk og behandling, omhandler genterapi, stamcellebehandling, farmakogenetikk og muligheten for å påvise hjertesykdom ved å undersøke mRNA-profil i sirkulerende lymfocytter. Det meste av denne delen må betraktes som visjoner for fremtiden, og er ikke noe den vanlige praktiserende kardiolog trenger å ha inngående kunnskap om.

De første 110 sidene av denne 308 siders boken, er nyttig lesing for norske kardiologer. Men i stedet for å bruke ca. 900 kroner på å kjøpe den, ville jeg heller ha lest en av de mange oversiktsartiklene om de omtalte enkeltgensykdommene som kan lastes ned fra PubMed. De resterende 198 sidene kan være av interesse for aktive forskere, selv om man nok må formode at disse allerede besitter den kunnskapen som presenteres.

#### Trond P. Leren

Medisinsk genetisk laboratorium  
Avdeling for medisinsk genetikk  
Rikshospitalet