Tips om medisinsk litteratur, andre bøker, filmer og elektroniske medier som bør anmeldes, sendes tidsskriftet@legeforeningen.no

Personlig om alderdom

Hjort PF.

Alderdom

Helse, omsorg og kultur. 258 s, tab, ill.

Oslo: Universitetsforlaget, 2010. Pris NOK 299

ISBN 978-82-15-01555-2

Alderdom bygger på forfatterens mangeårige undervisning for ulike grupper av helsepersonell samt kåserier for eldre mennesker. Det er ingen lett oppgave å tilfredsstille behovene til så mange og ulike

grupper i bokform, og det er vanskelig å vite hvem som er målgruppen, men vi blir jo alle eldre og må forholde oss til det.

Boken er delt i tre: Alderdommen (I), Helsetjenesten og eldreomsorgen (II) og Kultur, helse og alderdom (III). De 22 kapitlene er delt i mange underkapitler, der overskriftene både er formulerte påstander og retoriske spørsmål. Inndelingen er detaljert sett i forhold til de relativt korte avsnittene, men mange av overskriftene vekker min nysgjerrighet. Språket er personlig og relativt enkelt. Figurene illustrerer viktige poeng og gjenkjennes av dem som tidligere har hørt Hjort kåsere eller foredra. Utfordringer og dilemmaer for de eldre selv og for helsevesenet og samfunnet som skal forholde seg til dem, drøftes bredt med mange spennende innfallsvinkler.

Om målgruppen er uklar, tilhører forfatterstemmen den paternalistiske folkeopp-lyser. Som nestor i norsk medisin har han naturlig tyngde og interessante betraktninger og kan nok tillate seg å synse mer enn de fleste. Hjort har skrevet en ambisiøs og omfattende bok, og i det ligger både dens svakhet og dens styrke. Når alt skal nevnes, blir det både utilfredsstillende overfladisk og imponerende bredt.

Han omtaler barndom, ungdomstid, alderdom, helsepolitikk, medisinnutdanning, sykehjemsmedisin, kunst og kultur, dyder og dødssynder samt medisinenes villfarelser. På denne måten søker han å sette alderdommen i perspektiv og vise oss de sammenhengene han selv ser, noe som er både prisverdig og viktig. Men formen irriterer denne leseren; kan hende blir det for per-

sonlig. Det er vanskelig å være mottakelig for råd eller søke erfaring både om det å være gammel, pårørende eller dyktig helsepersonell for gamle, og det å ta helsepolitiske beslutninger og gjøre riktige veivalg i medisinsk forskning. Forfatteren understreker riktignok tydelig at han gir uttrykk for egne meninger, provoserer litt med vilje og «legger det frem som påstander uten omstendelige begrunnelser». Men bokformatet, med mange kildehenvisninger, bør forplikte mer enn kåseriet når det gjelder å begrunne og utdype utsagn.

Best er han, synes jeg, når temaet er omsorg ved livets slutt. Med varme, klok-skap, erfaring og finfølelse gir han oss både redskap og lyst til å utføre denne delen av legegjerningen bedre.

Marte Mellingsæter

Geriatrisk avdeling

Oslo universitetssykehus, Ullevål

Overlevelsesbok for selvskadere

Åkerman S.

For å overleve

En bok om selvskading. 212 s, ill.

Oslo: Humanist forlag, 2010. Pris NOK 269

ISBN 978-82-92622-62-9

Selvskadende atferd er for alvor blitt et «nytt» fenomen innenfor ungdomskulturens randsoner. Og selvskading er på få år blitt langt mer synlig i mange medisinske praksiser. Slike fenomener opplever vi ofte som svært

utfordrende. De selvpåførte smertene utfordrer våre evner både til å forstå og handle på virksomme måter. Det trengs således stemmer som kan opplyse oss om selvskadingsens vesen og fremme vår kompetanse til å møte slike fenomener.

Sofia Åkerman er i skandinavisk sammenheng blitt en slik røst. I 2005 fikk vi på norsk hennes selvbiografiske beretning *Sebrapiken*, om mange år med alvorlig

selvskading og anorexia nervosa (1, 2). Den omfatter vanskelige ungdomsår, hvor mye tid ble tilbrakt både som frivillig og tvangsinnlagt i psykiatriske avdelinger. Teksten er viktig for en humanistisk medisin fordi den viser oss hvordan den subjektive virkeligheten til «den håpløse pasienten» kan fortone seg. Den er skrevet innenfra de erfaringene som vi som behandlere opplever utenfra. Og den gir oss mange triste eksempler på hvordan behandlere og pasient ikke evnet å møte hverandre på en konstruktiv måte. Men til sist lyktes det. Boken er skrevet ut fra posisjonen til den som har kommet seg gjennom selvdestruktiviteten, og har slik sett en lykkelig slutt.

Etter dette har Sofia Åkerman utdannet seg til sykepleier, og hun anvender nå mye av sin tid som forfatter og foredragsholder omkring slike tema. *For å overleve. En bok om selvskading* viser en slik bevegelse fra pasient til profesjonell. Hun bygger fortsatt på egne erfaringer, men denne boken bærer langt større preg av å være en faglig tekst som pedagogisk informerer om den selvpåførte skaden. Forfatteren skriver som en kollega til oss om definisjoner, forekomst, atferd, komorbiditet, suicidalitet og forståelsesmodeller. Og hun skriver ikke minst om selvskadens mange mulige funksjoner; hvor den overordnede er selvpåført smerte som en kroppspraksis for å regulere vanskelige følelser. Smerten er paradoksalt fordi den kan lindre smerte. Når smerten flyttes fra det indre diffuse til det ytre konkrete, kan den være enklere å håndtere.

Dette er en bredt anlagt tekst hvor den faglige oversikten over feltet suppleres med en rekke kasuistiske eksempler, erfaringsnære beskrivelser, illustrasjoner og konkrete råd og tips. Og forfatteren retter seg både til fagfolk, til selvskaderne selv og til dem som står rundt. Boken kan absolutt anbefales, samtidig som den oppleves som langt mer konvensjonell enn den unike *Sebrapiken*. Og ettersom stabelen av selvhjelpsbøker på pulten min vokser, blir jeg slått av hvor like slike tekster blir (3). Det bør vel kanskje forstås som en god ting at de kloke rådene er ganske allmenne.

Finn Skårderud

Avdeling for helse- og sosialfag
Høgskolen i Lillehammer

Litteratur

1. Åkerman S. *Sebrapiken*. Oslo: Humanist Forlag, 2005.