

Adverse Childhood Experience Study (ACE Study), den hittil største undersøkelsen av sammenhengene mellom traumer i barndommen og sykkelighet blant voksne, basert på både retro- og prospektive data fra 17 000 personer og gjennomført sammen med epidemiolog og kardiolog Robert F. Anda ved Center of Disease Control and Prevention i Atlanta, Georgia. Anda er nå ansatt ved Carter Center i Atlanta.

Felitti konstatierer at følgende begynner å bli innlysende: Vond og vanskelig erfaring i barndom og ungdomstid forekommer mye oftere enn det som vanligvis er kjent. Slike erfaringer er vevd sammen i komplekse mønstre, og de er på en sterk og proporsjonal måte knyttet til sykdom i voksenlivet. Dette angår medisinfaget og klinisk praksis, det påvirker folkehelsen, og det berører samfunnets sosiale grunnstrukturer.

Boken er i ekte forstand opplysende. Den er omfattende og overbevisende dokumentert. Mangler det ingenting? Jo! Det mangler en enda klarere understreking av at hele boken og den valide dokumentasjonen den hviler på, egentlig representerer et opprop om å fornye humanmedisinens teoretiske grunnlag. Fordi boken er et forstørrelsesglass på virkningen av vond og vanskelig erfaring for liv og helse, er den en sterk påminnelse om at mennesket er udelte (1). Dermed er denne utgivelsen uvurderlig som ansats til en ny medisinsk forståelsesramme, med andre ord en som yter menneskenaturen rettferdighet.

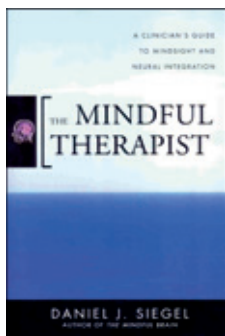
#### Anna Luise Kirkengen

Senter for helsefremmende arbeid  
Akershus universitetssykehus

#### Litteratur

1. Getz L, Kirkengen AL, Ulvestad E. Menneskets biologi – mettet med erfaring. Tidsskr Nor Legeforen 2011; 131: 683–7.

## Empati for terapeuter – mest for de innvidde



Daniel J. Siegel

#### The mindful therapist

A clinician's guide to mindsight and neural integration. 320 s, ill. New York, NY: W.W.

Norton, 2010. Pris USD 28

ISBN 978-0-393-70645-1

Av og til formidler amerikansk populærmedisinsk litteratur en følelse av at man er vitne til ildens eller hjulets gjenoppdagelse. Gjerne begge deler. Men ettertanken melder seg raskt. I introduksjonen får vi forslag til andre bøker som vil øke vår forståelse for og innsikt i denne bokens budskap. Står den med andre ord ikke helt på egne føtter? Forfatteren kurser for øvrig kolleger i USA.

Budskapet er at man som terapeut skal være åpen, mottakelig, empatisk, med godt innstilte antenner overfor pasienten og selsagt ha frigjort seg fra eget mentalt slagg. Alt dette er riktig og viktig, men budskapet kunne vært like klart formidlet over 100 som 265 tekstsider.

Boken er letlest, og kapitlene har titler som *Presence, Attunement, Resonance, Trust, Truth, Tripod, Triception, Tracking, Traits, Trauma, Transition, Training, Transformation, Tranquillity* og *Transpiration*. Stedvis opptrer en ordrik og blomstrende terminologi, stedvis dukker det opp nøkterne, fornuftige tanker og godt formulerte råd. Men dette er for de innvidde, man må være inne i denne «feel good-modus» som kulturen dyrker.

I kapitlene *Attunement* og *Resonance* kommer noen gode og forståelige råd, og referanser til strukturer som fremre høyre insula,

mediale frontallapp og fremre cingulum diskuteres i lys av nyere kunnskap. I kapitlet *Trust* står det: «Presence, attunement, and resonance are the way we clinically create the essential condition of trust.» I kapitlet *Tripod* hevdes det at «When we disidentify with the activities of the mind as the totality of who we are, we gain the objectivity we need to see that mental processes come and go within the theatre of consciousness» (side 109).

Budskapet om en varm, åpen, empatisk og uforutinntatt holdning i møte med lidende mennesker er riktig og viktig å minne om. Særlig i en stadig mer teknifisert hverdag med økende tempo, «optimalisert pasientflyt» (les: rask utskrivning fra avdelingene) der tiden til informasjon, råd og trøst i en samtale kan bli salderingsposter i effektivitetens «nødvendighet».

Språkdrakten er et problem. Den vil skremme eller demotivere personer som kanskje ville ha profitert på en runde med denne boken. Men jeg frykter at den ikke vil fenge og leselysten dø hen midtveis.

Som pliktleskyte for alle nye assistentleger, slik forfatteren nok ønsker, tror jeg den ville falle igjennom som sekterisk, hvis ikke esoterisk. Det er derfor vanskelig å angi lesergruppe. Sannsynligvis vil den bli lest av dem som allerede er overbevist om konseptets verdi. Heldigvis trenger undertegnede neppe vurdere mulige peku-nære tilleggsmomenter bak denne boken, da Siegel neppe kurser norske leger i Norge?

Boken er, som tidligere bøker fra denne forfatteren (1), knyttet til et velment budskap, men jeg antar at leserne vil være de allerede innvidde, eventuelt nye kolleger involvert i kognitiv terapi eller psykoterapi i bredest forstand.

Et praktisk råd til alle som eventuelt får boken mellom hendene; dersom du forstår innholdet i appendikset på sidene 261–65 og hvorledes dette kan øke din evne til empatisk kommunikasjon med dine pasienter, så vil boken kunne bidra til glede.

#### Bernt A. Engelsen

Epilepsienheten  
Nevrologisk avdeling  
Haukeland universitetssykehus

#### Litteratur

1. Engelsen BA. Kognitiv og emosjonell utfordring. Anmeldelse av Siegel DJ. The mindful brain. Tidsskr Nor Lægeforen 2007; 127: 2427–8.

## Enkel håndbok om hjertesykdommer – men for hvem?



Adrian Chenzbraun

#### Heart disease

168 s, tab, ill. Oxford: Oxford University Press, 2010. Pris GBP 10

ISBN 978-0-19-958281-5

Utgivelsen inngår i *The Facts Series*, som består av rundt 40 små håndbøker som dekker store deler av det medisinske felt. Boken er i lommeformat, på 168 sider, med kortfattet og lett forståelig tekst som dekker hele hjertemedisinen. Den er kun i svart-hvitt og grå-toner og fremstår dessverre noe fargeløs. Det er relativt få figurer, men de er imidlertid gode og lettfattelige. Det er også litt få tabeller, men de er meget nyttige.

Forfatteren henvender seg til folket – både de uten og de med hjertesykdom. Tanken er at boken skal brukes både av pasienter og