Sympatisk fortelling om en usynlig verden

Peder Worning
**Der er flere bakterier i et gram lort
 end der er mennesker i hele verden**
 255 s, tab, ill. København: FADL's Forlag,
 2014. Pris DKK 300
 ISBN 978-87-7749-751-3

Peder Worning forteller på dansk i 12 kapitler om mikrobenes verden på en enkel og sympatisk måte. Han skriver ikke bare om det som er farlig og spennende, men også om det som er nyttig, det hyggelige og det kuriøse. Han omtaler de første levende organismer, oppdagelsen av forskjellige bakterier og virus, gamle og nye behandlingsmetoder, samt oppfinnelser av påvisningsmetoder og resistensproblematikk. Heltene som Semmelweis og Koch får sin plass, og mikrobenes rolle gjennom historien, i kriger og i nåtiden, med ebolavirus og fedmeforskning, blir gjennomgått. Mikroorganismenes rolle i næringsmiddelproduksjon og i mange andre oppgaver de er satt til, er også tatt med.

I tillegg til teksten, som er mer lagt opp som en fortelling enn som en fagbok, er det fargerike og fine bilder og gode illustrasjoner. Boken har et helhetsperspektiv, som ikke kun konsentrerer seg om tradisjonell medisinsk mikrobiologi, men som setter infeksjonssykdommene inn i en anvendelig kontekst. Det er fristende å kritisere avsnittene om DNAs oppbygning og funksjon, som blir langt og tungt i forhold til resten, men på den andre siden er det faktisk fremstilt på en så pedagogisk eksemplarisk måte at det kan bli forståelig for mange.

Boken egner seg like bra til å få ikke-helsepersonell til å forstå hvorfor vi ikke stadig vekk bør skrubbe av oss alle mikroorganismer, eller hvordan gjærsoppinfeksjoner i underlivet oppstår, som for helsepersonell som i utgangspunktet ikke har sine faglige røtter i mikrobiologen, men ønsker å forstå sammenhengene uten å ty til en tung lærebok. Selv om det basale i boken er godt kjent for medisinske mikrobiologer, finnes det en del overraskende og ganske ukjente episoder fra historien som er verdt å få med seg.

Dette er ingen fagbok, men likevel en faglig korrekt bok som egner seg til mange formål. Totalt sett en nyttig, underholdende og lærerik bok for alle som vil lære enkelt og forståelig om det vi ikke kan se med det blotte øye, men som likevel lever rundt oss. Anbefales!

Carola Grub

Spesialist i medisinsk mikrobiologi, Kontor for allmennhelse
 Forsvarets sanitet

Enkelt og instruktivt om kommunikasjon

Lisbeth Holter Brudal
Empatisk kommunikasjon
 Et verktøy for menneskemøter. 196 s, ill. Oslo:
 Gyldendal Akademisk, 2014. Pris NOK 290
 ISBN 978-82-05-47452-9

Dr.philos. Lisbeth Holter Brudal er spesialist i klinisk psykologi og har en doktorgrad fra Det medisinske fakultet ved Universitetet i Oslo. Hun fikk Kongens fortjenstmedalje i gull i 2011 og har vært en pioner på særlig to områder: forskning og klinisk praksis i utviklingen av fagområdet tokologi, og kommunikasjon gjennom utvikling av metoden *Empatisk kommunikasjon*.

Forfatteren har skrevet 16 lærebøker om ulike emner innen faget psykologi, mange oversatt til flere språk. I den siste læreboken så langt beskriver hun samtaleverktøyet *Empatisk kommunikasjon*. Boken foreligger også på engelsk som e-bok, og rangerer i skrivende stund som nr. én på bestselgerlisten hos *Amazon* for tre ulike kategorier. Siden 2004 er det holdt en rekke kurs for ansatte i sykehus, kommunehelsetjeneste og i ulike utdanningsinstitusjoner om emnet.

Boken har to deler. Den første delen er en innføring i verktøyet, hvor forfatteren bruker en rekke gode eksempler fra sin kliniske praksis. I den andre delen beskriver hun erfaringer og evalueringer fra ulike kurs. I tillegg kommer hun med forslag til kursprogram og undervisningsmateriell.

For leger er spesielt beskrivelsen og bruken av selve samtalemetoden interessant. Hun beskriver fire trinn i dialog mellom hjelper og deltaker: Først forteller deltakeren sin historie. Deretter beskriver deltakeren de følelsene som er forbundet med historien. Så setter deltakeren ord på tanker og refleksjoner i forbindelse med egen historie og egne følelser. Til slutt spør hjelperen om deltakeren ønsker å høre hans eller hennes tanker og refleksjoner til det som er kommet frem i løpet av de tre første trinnene i dialogen.

Dette er fire grunnleggende elementer i enhver terapeutisk samtale og egentlig en operasjonalisering av S. Kierkegaards *Veiledning i hjelpekunst* som han beskrev for 150 år siden. Metoden beskrives og begrunnes både nevrobiologisk og psykoterapeutisk på en enkel måte. Å vise empati og å møte det enkelte menneskes medfødte behov for kontakt og å bli sett, gir mulighet for endring, vekst og utvikling.

For en allmennlege som har interessert seg for kommunikasjonen mellom lege og pasient i lang tid, gir boken verdifull teoretisk balanse for en struktur på samtaler som mange vil kjenne igjen som naturlig og intuitiv. I en tid med økende tilbud om tester og spørreskjema er dette en lettfattelig innføring i den gode samtalekunst, kjemisk fri for diagnoser og diagnosekriterier. Det er det behov for mange steder, også på legekantorene.

Jeg anbefaler boken på det varmeste.

Gisle Roksund
 Fastlege, Skien