

Anmeldelser

I denne udgave af Sygeplejersken anmeldes følgende bøger: "Gopler ældes baglæns – Videnskabens svar på et længere liv", "Narrativ medicin i uddannelse og praksis" og "Lyden af stilhed".

Sygeplejersken 2021 ; (11): 38-40. Anmeldelser

Ny grundydelse: At se patienten



Nicklas Brendborg

Gopler ældes baglæns – Videnskabens svar på et længere liv

Grønningen 1, 325 sider – 299,95 kr.

Min latinlærer gav ikke karakter, men bogstaver som bedømmelse. DDD stod for dum, doven og dvask. Denne bog vil jeg give bedømmelsen FFF: forunderlig, finurlig og fornøjelig.

Forunderlig, fordi den giver anledning til beundring over forfatterens evne til formidling. Finurlig, fordi indholdet overrasker. Fornøjelig, fordi læsningen var forbundet med glæde.

Overraskende bedømmelse af en bog, der vil give svar på spørgsmålet: "Hvordan får jeg et langt og sundt liv?" Et stort spørgsmål, der har beskæftiget menneskeheden i årtusinder.

Bogen er en sammenfatning af videnskabens resultater inddelt i tre hovedafsnit:

Hovedafsnit 1 'Del i naturens vidunder': Her omtales aldringsrekorder

og ulempen ved et evigt liv.

Hovedafsnit 2 'Forskernes opdagelser': Her refereres litteratur om, hvorvidt det er muligt at forudsige ens alder, hvad slår dig ihjel eller forlænger dit liv. Andet end KRAM-faktorerne, som vi er så optaget af i sundhedsvæsenet.

Når man er højest, dør man f.eks. først! Det kapitel brød jeg mig ikke om, for jeg er højest i min familie med 186 cm. Min højde kan jo ikke ændres. Det sidste kapitel i det hoved-afsnit handler om Alzheimers sygdom.

Her fortælles spændende om det, man ved, og mest interessant, hvad man ikke ved om denne forfærdelige sygdom.

Hovedafsnit 3 sammenfatter 'Gode råd': Om ernæring, betydningen af at løbe langt, og at rygning ikke er godt for helbredet.

Sidste kapitel handler om 'Meningen med livet': At tro på sig selv, have gode relationer, undgå ensomhed. Forfatteren slutter: "Det er vigtigt for mennesker at have en følelse af mening. De længst-levende mennesker engagerer sig i verden og fortsætter med at påtage sig opgaver hele livet."

Jeg blev inspireret til at tænke. Forholder det sig sådan, som forskerne siger, eller kunne der være andre årsager til resultaterne? I et af kapitlerne hedder det, "at når mennesker tror på, at noget virker, har det en større effekt". Her peges på det klinisk kontrollerede forsøg og placeboeffekten.

Min mor på 86 år deltog i et forsøg med hjertemedicin. Hun blev hentet til kontrol hver tredje måned i to år efter en blodprop i hjertet. Taxaen kostede 600 kr. til hospitalet og det samme hjem.

Der var en sygeplejerske, som undersøgte hende og lyttede til hende. Hun fik det bedre, og da koden blev brudt, havde hun modtaget placebomedicin. Forsøget bestod reelt af mange elementer.

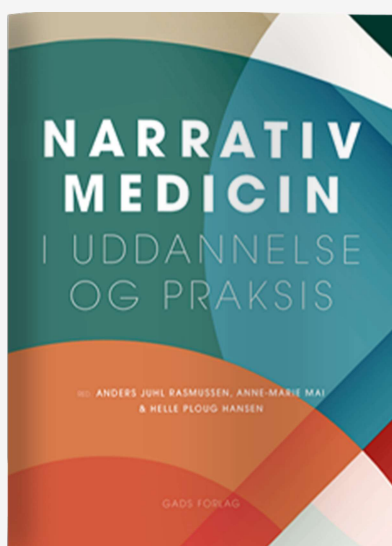
Der blev ofret penge på transport (du er værdifuld), en sygeplejerske undersøgte og lyttede til patienten og dennes bekymringer (så patienten) og så den sidste part, hvor en del af patienterne modtog ny medicin.

Reelt sammenligner forskerne effekten af to pakker: At se patienten sammenlignet med at se patienten suppleret med ny medicin. Når det nu i talrige forsøg er vist, at der er en positiv effekt af at se patienten, hvorfor er det at se patienten så ikke en grundydelse i sundhedsvæsenet?

Herefter kan der suppleres med medicin, operation m.m., når det er nødvendigt. Det er et af de spørgsmål, jeg ruger over efter at have læst denne spændende bog.

Preben Ulrich Pedersen, sygeplejerske, professor, Center for Kliniske Retningslinjer, Klinisk Institut, Aalborg Universitet

Et helhjertet forsøg på at vise fortællingers vigtighed



Anders Juhl Rasmussen, Anne-Marie Mai, Helle Ploug Hansen
Narrativ medicin i uddannelse og praksis
Gads Forlag 2021, 190 sider – 269,95 kr.

”Narrativ medicin” betyder fortællingernes betydning for sygdom og sundhed, skriver sig ind i medicinsk humaniora og kan som sådan betragtes som en videnskabelig disciplin.

Bogen udspringer af samarbejdsprojekter på Syddansk Universitet om udvikling af sundhedsprofessionelles kompetencer i at fortolke, forstå og handle på patienters fortællinger gennem arbejde med litterære tekster og egen skrivning. Narrativ medicin tilbydes som valgfag til medicinstuderende på Syddansk Universitet.

Bogen instrumentaliserer ofte begrebet narrativ medicin til noget, der kan anvendes til at udvikle og forbedre sundhedsprofessionelles

empatiske evner og kommunikationsfærdigheder, og begrebet bliver i flere kapitler reduceret til en undervisningsteknik bestående af læsning og skrivning, hvor udfaldet af undervisningen tænkes at kunne omsættes til redskaber for professionelle i klinisk praksis.

Læsning af litteratur og frembringelse af narrativer fremstilles gennem bogen som sygdomsforebyggende, selvudviklende, kompetenceudviklende, ensomhedsforebyggende, etc.

Det er prisværdigt, at der endelig kommer en dansk bog om narrativ medicin, og den gør et helhjertet forsøg på at vise vigtigheden af at lade fortællinger have en plads i den moderne medicinske verden.

Lige siden medicinens opkomst har patientens fortælling muliggjort medicin som profession alene ved det faktum, at det oftest er patientens henvendelse og fortælling, der er adgangskortet for lægen til at have en patient, der kan diagnosticeres og behandles.

Når det er sagt, er det synd, at bogen reducerer narrativ medicin til (ud)dannelsessteknik, kommunikationsværktøj eller behandlingsform.

Narrativ medicin er så meget andet og rummer alle muligheder for at forstå kompleksiteterne i livet og møderne med sygdom og lidelse. Det må næste bog om narrativ medicin kunne indfange.

Stilhed og lyd er tvillinger



Tomas Sjödin

Lyden af stilhed

Kristeligt Dagblads Forlag 2021, 210 sider – 249,95 kr.

Tomas Sjödin er præst og forfatter. Jeg læste hans bog over et par glasklare forårsdage og endte i en tilstand af blid opløftethed.

Bogens dansende sprog og indhold vidner om en livligt talende forfatter med strejf af uro.

Det kan være svært at finde sin stilhed i tilværelsen. To minutters stilhed er grænseoverskridende for nogen. Adspredelsedjævlens, The Phone, hjælper effektivt med at gemme psykisk og åndelig stilhed af vejen.

Som Sjödin siger, bruger vi meget tid på at arrangere modlyde til stilheden.

Kultur giver modlyd, uro døves af modlyd. Ordstrømme vælter ud dobbelt så hurtigt som for 50 år siden, der lægges ingen små kapper af stilhed omkring udsagnene.

Tværtimod vokser omfanget af superlativer og fyldord om selv små, banale ting.

Martin Lønnebo citeres for at sige, at stilhed er kommet til at stå for død og uhygge, mens lyd står for liv. Det er forkert, mener han. Stilhed og lyd er tvillinger.

Man kan finde sin stilhed, og Sjäodins måde er bön.

Begrebet er nuanceret beskrevet og underbygget. Forfatteren er meget åben over for måden at bede på og fortæller frit om sine egne veje til at bruge bönnen hver dag.

Inspirerende for mig, måske lidt langt ude for andre. Men der er ingen undskyldning for at sige, "jeg beder ikke, for jeg går ikke i kirke".

Faktisk fandt jeg selv min bön. Den er privat.

Lillian Linius Larsen, sygeplejerske, SD, specialuddannet i psykiatrisk sygepleje

Kort nyt om bøger v/Jette Bagh, cand.cur., fagredaktør Sygeplejersken og Fag&Forskning

Al Power

Ha' det godt med demens. Hvordan vi skaber velvære?

Hovedland 2021, 375 sider – 279,95 kr.

Forfatteren er læge og geriater med rod i Eden alternative-filosofien, som ca. 20 plejehjem i Danmark drives efter.

"Eden Denmark er en selvstændig dansk virksomhed. Vi har licens til at undervise i en gennemprøvet og internationalt anerkendt metode, der kan ændre en institutionelt styret kultur til en hverdagslivskultur," hedder det på hjemmesiden www.edendenmark.dk

Denne bog er en kritik af overdreven medicinering af gamle mennesker med demens og bl.a. baseret på forfatterens mangeårige venskab med Richard Taylor, som havde Alzheimer.

Bogens forside har forlæg i et maleri med den hollandske titel "Volle liefde". Det viser en gammel person, som omfavner en yngre og mere farverig kvinde, mens fuldmånen lyser i baggrunden.

uld kærlighed lyder oversættelsen. Velvære?

Bogen forvirrer. Anekdoter, erfaringer, citater, cases, kras kritik og rundhåndet sludren.

Målgruppe: alle ansatte i sundhedssektoren.

Indholdsfortegnelse: bagest i bogen.

Troels Wolf

Aldringens biologi

Systime 2021, 162 sider – 250 kr.

En emnebog for biologi A og B samt bioteknologi A i gymnasiet.

Her er ingen overflødig snak, men derimod klar tale om aldringens mange aspekter.

Teorier om aldring indleder bogen. Funktionstab, aldersrelaterede sygdomme, f.eks. demens, og motion i forskellige aldersgrupper følger.

Desuden bruges en del plads på motion og trænings overbevisende effekt på livslængde og kvalitet.

Det er vanskeligt at læse bogen og holde fast i livet som sofakartoffel, vil jeg mene.

Hvem kan holde ud at få viden om, hvor besværligt det bliver at gøre rent og købe ind, når muskelmassen vedvarende skrumper, og kræfterne svinder?

Bogen har mange fine illustrationer, figurer og tegninger, der fremmer forståelsen.

For sygeplejestuderende er bogen brugbar før mødet med gamle mennesker

Thomas Rathsack

Attitude. Brug din mentale ammunition

Politikens Forlag 2021, 208 sider – 250 kr.

Jeg skal ikke være jægersoldat, så bogens træningsforslag og øvrige forberedelser, som skal kvalificere til optagelse i specialstyrkerne, er spildt på mig.

Men læse om forfatterens indsats, det kan jeg.

Og komme i tanke om Halfdan Rasmussens 'Noget om helte', som handler om en følsom mand, der helst vil plante og så – ikke slå.

Bogen er et underholdende tilbageblik på forfatterens tid som jægersoldat tilsat råd og budskaber som "Tag ansvar for eget liv, hold dig i gang, lyt til kroppen".

Overvåget af Rathsacks insisterende blik under den sorte løbehue på bogens forside.

Han har i øvrigt en svaghed for hunde, fortæller han.

Emneord:
Litteratur