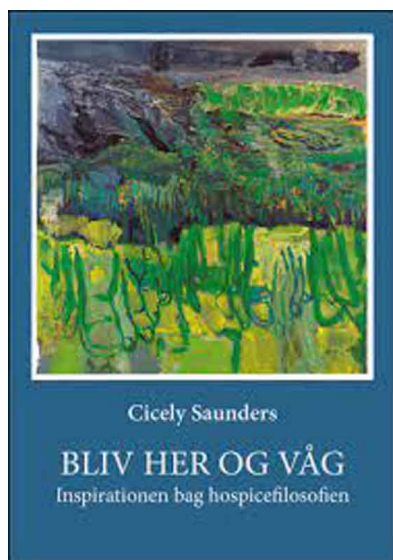


Anmeldelser

I denne udgave af Sygeplejersken anmeldes følgende bøger: 'Bliv her og våg', 'Din hjerne snyder dig', Forskningsmetode for sundhedsprofessionelle' og 'Hygiejne for klinikere'.

Sygeplejersken 2021 ; (14): 48-50. Anmeldelser

En grundopskrift på hospicebevægelsen



Cicely Saunders

Bliv her og våg. Inspirationen bag hospicefilosofien

Repha 2021, 84 sider

Læs bogen som e-magasin på rehpa.dk > Udgivelser > Øvrige udgivelser. Bestil bogen gratis, så længe lager haves, ved at skrive til rehpa@rsyd.dk

Systematisk smertekontrol hos terminalt syge med opmærksomhed på de sociale, emotionelle og spirituelle behov. Det er Cicely Saunders' grundopskrift på hospicebevægelsen.

Kan man blot få to ting ud af en undervisning eller et foredrag, skal man være tilfreds – en meget god retningslinje at have med sig, også når man læser en bog. 'Bliv her og våg' kan godt læses, som var den kun for de indviede, de som har kristentroen. Men læser man den alligevel som ikke-troende får man mindst to ting med, som både

beriger én som menneske og syge-plejerske.

Bogen er en samling af forfatterens foredrag, tanker og livsvisdom. Hun beskriver sit liv som stifter af det første hospice, hvordan hendes tro og den kærlighed, hun modtager fra Gud og sine medmennesker, inklusive sine patienter, giver næring til konstant udvikling af nye planer for bedre lindring for døende både på et medicinsk og et medmenneskeligt plan.

I et af de mest lærerige kapitler almen-menneskeliggør forfatteren den bekymring, vi alle har, når vi engang skal dø, også uden at stå overfor en umiddelbar dødsdom. Tivlen, frygten for tab af kontrol, angsten for såvel egen smerte som den, vores død forvolder vores nære. Der er nærmest en Ikea-vejledning til, hvordan man kommer fra "Jeg ønsker ikke at dø" til accept, også af at være hjælpeløs, af at tabe både integritet, fremtidshåb og livets mening.

Sygeplejersker får nogle klare dessiner for, hvordan vi kan vejlede de pårørende i at modtage og ikke kun give, og i hvordan vi skal føle med patienterne uden at føle som patienterne.

Bogen kommer i endnu et meget brugbart kapitel ind på aktiv dødshjælp, hvor forfatteren på klogeste vis beskriver, hvorfor hun ikke er tilhænger.

Et mere faktuel kapitel fører os på en vandring i de sidste 70 års smertelindringslandskab startende med den berømte Bromptons cocktail (morfin, kokain, heroin og cognac.) I sin vrede over datidens dosering af smertemedicinen (for lidt og for sjældent), afsløres forfatterens kolossale empati for de lidende; ikke alene for den åndelige, men i høj grad også for den fysiske smerte: "Ingen skal dø i et smertehelvede".

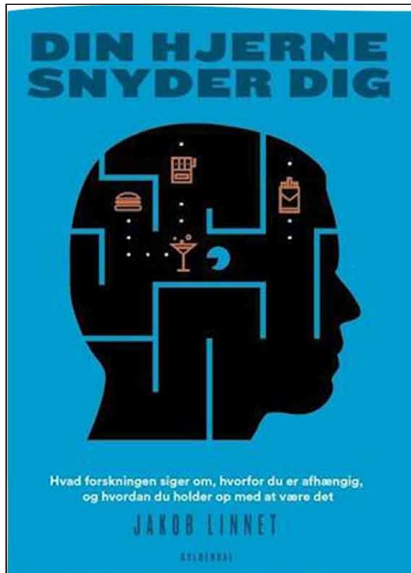
St. Christopher's Hospice åbnede i 1967 og har fået mange gode ben at gå på. Tak til Cicely Saunders, som døde i 2005.



Stille tilføjer jeg: Har været med til at udlevere Bromptons cocktail til alvorligt syge og smertelidende patienter.

Michala Eich, sygeplejerske, Auxilliary på St. Christopher's Hospice i 1972.

Belønning er et nøgleord



Jakob Linnet

Din hjerne snyder dig – hvad forskningen viser om, hvorfor du bliver afhængig, og hvordan du holder op med at være det

Gyldendal 2021, 181 sider – 249,95 kr

Afhængighed er en svær problematik at beskrive, men det er lykkedes i denne bog. Forfatteren bruger et kasino-besøg som afsæt til sin beskrivelse af, hvordan afhængighed kan udvikles, ud fra en indføring i hjernens biokemiske processer. Læseren får en teoretisk gennemgang af hjernens belønningssystem (motivationssystem). Det vigtigste signalstof er neurotransmitteren dopamin, som udløses, når vi søger belønning eller undgår negative følelser, og det giver os velbehag.

I bogen beskrives det, hvordan dopamin er styrende for udviklingen af afhængighed med eksempler fra forfatterens egen praksis med fokus på ludomani og BED (Binge Eating Disorder). Bogen gennemgår hjernens hurtige og langsomme systemer, som hele tiden kæmper om

belønningen.

Snyderiet i hjernen er, at det ikke er selve handlingen, der giver belønning, men forventningen om belønning. Det beskrives meget pædagogisk i bogen med praksis-eksempler og seneste forskning.

Læseren får en god indføring i teori og praksis om kognitiv adfærdsterapi, hvad det kan som værktøj i behandlingen af afhængighed, og hvorfor det helst skal ske i tæt samspil med en terapeut.

Bogen henvender sig til fagpersoner, der støder på afhængighed i arbejdsfeltet og især dem, der allerede beskæftiger sig med behandling af mennesker med afhængighed.

Bjarne Stenger Elholm,
sygeplejerske, leder af Alkolinjen,
Alkohol & Samfund

Ekspertene taler til novicen - og det fungerer

Bente Appel Esbensen, Jesper Kjærgaard & Mette Juhl

Forskningsmetode for sundhedsprofessionelle

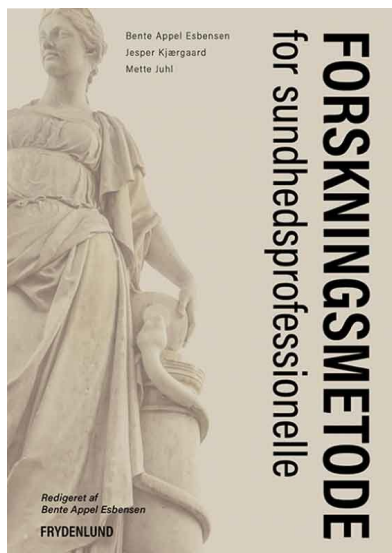
Frydenlund 2021, 256 sider – 349 kr.

Bogens tre forfattere har en baggrund som hhv. sygeplejerske, jordemoder og læge. Målgruppen er sundhedsfaglige studerende og andre, som ønsker en introduktion til forskningsmetode. Og det er lige, hvad man får – en introduktion.

Bogen tilbyder en guidet tur på dansk med korte ophold og gennemgang af de mest anvendte forskningsmetoder, videnskabsteorier og forskningsetik. Den er skrevet, så det er eksperterne, der taler til novicen.



fungerer godt, og jeg oplevede at blive taget ved hånden og hjulpet igennem til tider tungt og upligeret stof. På den anden side er det også bogens akilleshæl. Den simplificerer det



komplicerede, hvilket betyder, at nuancer, dybde og kritiske refleksioner går tabt.

Sproget er levende og krydret med eksempler og case-beskrivelser, hvilket gjorde, at jeg til tider glemte, at jeg læste fag- og ikke skønlitteratur. Bogen er opbygget i fire dele, som i teorien kan læses hver for sig eller bruges som opslagsværk, men det er min klare overbevisning, at bogen skal læses i sin fulde længde.

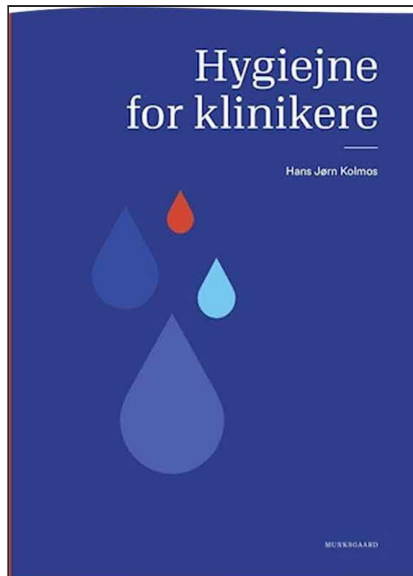
Det er netop kontinuiteten og synergien mellem kapitlerne i kombination med det levende sprog, der gør, at den adskiller fra andre bøger om forskningsmetoder inden for sundhedsfagene.

Jeg anbefaler gerne bogen til alle, som vil snuse til forskningsmetoder.

Dorthe Bove, sygeplejerske, seniorforsker, ph.d., Nordsjællands

Hospital, forskningsafdelingen

God klinisk klangbund



Hans Jørn Kolmos

Hygiejne for klinikere

Munksgaard 2021, 217 sider – 349 kr.

“It may seem a strange principle to enunciate as the very first requirement in a hospital that it should do the sick no harm.”

Med dette citat af Florence Nightingale indleder læge, professor i klinisk mikrobiologi, Hans Jørn Kolmos, sin bog om hygiejne for klinikere. Han fremhæver, at det etiske krav om, at hospitaler som udgangspunkt ikke bør skade de syge, stadig er lige aktuelt.

I bogen beskrives, at der er et utal af mikroorganismer, som kan spredes på hospitaler og gøre patienter syge. Det kræver en styrket indsats på hygiejneområdet, og i bogen får læseren en dybdegående indsigt i hospitalsinfektioner og infektionshygiejne.

Kolmos skriver, at han har forsøgt at udforme bogen, så der er noget til alle. Det indfrier bogen, som udmærker sig med mange autentiske sygehistorier, der giver bogen en god og klinisk klangbund. Gode nøglebudskaber og muligheden for at teste sin viden ved hjælp af multiple choice-spørgsmål gør også bogen velegnet til studerende.

Som læser bevæger man sig ind i mikroorganismernes spændende verden. Man fascineres af Kolmos' forskningsmæssige dybde og historiske kendskab. I bogen bliver man ligeledes præsenteret for nye lovende forsøg med f.eks. probiotiske rengøringsmidler, der kan eliminere sygdomsfremkaldende bakterier.

Kolmos peger i bogen på, at hvis antallet af hospitalsinfektioner skal reduceres yderligere, er vejen frem flere klare og synlige mål for infektionshygiejnen kombineret med en mere omfattende infektionsregistrering.

Bogens kapitler om registrering og overvågning af hospitalsinfektioner og organisering af infektionshygiejnen er med til at gøre bogen relevant for både klinikere, studerende, ledelser og beslutningstagere.



Mikroorganismer er små og kan skabe smitte og ravage. 'Hygiejne for klinikere' er derfor en bog, man hverken kan eller skal slippe, før den sidste side er læst.

Marie Toftdahl Sørensen, cand.cur., Master i voksenuddannelse, lektor ved UC SYD

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

Hans Boll-Johansen

Ganske kort her til sidst. Om kunsten at visne glad

Kristeligt Dagblads Forlag 2021, 124 sider – 199,95 kr.

Der er forbud mod at nævne mere end én legemlig skavank pr. person pr. møde i den lille gruppe af studiekammerater og rejsefæller, som ses med jævne mellemrum.

De spiser et godt måltid og taler om, hvad filosoffer og forfattere har at sige om alderdommen og aldring.

Kærligheden bliver der også talt om i det gode selskab, hvor nye indsigter og venskaber også er på dagsordenen.

Udover Joe Biden og Donald Trump er de fleste gamle glade for at være herre over deres egen tid, således også i denne gruppe.

At kunne lære at streame, blogge, zoome og lytte til podcast. Og at være ligeglad med mange ting.

Og hvornår er man gammel? "Når man ikke længere har lyst til noget som helst", som Marcel Proust foreslog.

Bogen er til den nysgerrige, som kan tåle at få serveret en begavet herres refleksioner over det, han har læst gennem tiden – og det er meget – det, der har optaget ham og som optager ham nu.

Ruth Asferg Holst

Anatomisk malebog for sygeplejestuderende

FADL'S Forlag 2021, 128 sider – 199,95 kr.

En malebog til sygeplejestuderende, der skal opfattes som en arbejds- og fordøjelsesbog. Hensigten er at skabe læring på en "sjov og anderledes" måde, som forlaget skriver.

NurseRuth, som forfatteren benævner sig selv, er optaget af, at både sygeplejersker og studerende først og fremmest skal tage sig af sig selv, altså sove godt, spise ordentligt og bevæge sig – gerne i naturen.

Det er forudsætningen for at kunne yde noget i de vigtigste relationer og på jobbet.

Malebogen indeholder opgaver, som f.eks. at angive medialt, lateralt, proximalt og distalt på en figur, opgaver om muskelceller, milten, smags- og lugtesans, blodets celler, de store muskler i kroppens bagside og meget mere. Alle med en følgetekst fra NurseRuth.

Bogen skal ses som et supplement til lærebøger – og det skal være fornøjeligt at arbejde med den, fremgår det. Prøv selv.

Anders Thorkild Bechgaard, Gudmunda Sirrý Arnardóttir, Glennie Marie Almer



Orskælv for begyndere. Hvordan holder du balancen?

Orskælv Foreningen og Orskælv 2021, 119 sider – 199 kr.

En journalist, en psykolog, en illustrator og en folkeskolelærer udgør gruppen bag denne opslagsbog.

Den rummer seks kapitler med de mest oplagte overskrifter, hvis man er diagnosticeret bipolar. Hvad er lidelsen, netværk og relationer, behandlingsmuligheder og på vej videre. En af forfatterne er selv debuteret med bipolar lidelse i 2009.

Bogen er overskuelig, illustrationerne tankevækkende og teksterne lette at gå til. Der er mange bokse med overskrifter som f.eks. 'Gode råd til at leve med bipolar lidelse', 'depression' og 'hypomani'.

Desuden mange længere og ofte rørende citater fra personer, som har været der selv. Bl.a. om en forstående og støttende arbejdsgiver, der altid beder den depressive om at møde på arbejde trods nedtur, hvilket altid hjælper. Håb i bogform.

Emneord:

Litteratur

