

## Angelägen bok om utbrändhet och arbetsstress i läkaryrket

Atle Roness. **Utbränt? Arbetsstress och psykiska lidelser hos mennesker i utsatte yrker.** 271 sidor. Oslo: Universitetsforlaget, 1995. Pris 235 nkr. ISBN 82-00-41198-2.

*Recensent: chefsöverläkare Jan Halldin, toxikomanikliniken, Danderyds sjukhus, Stockholm.*

Detta är en angelägen bok i ett mycket aktuellt ämne. Författaren är både psykiater och teolog. Han skriver i förordet att de yrkesgrupper han valt att studera är läkare, sjuksköterskor, sjukvårdsbiträden, lärare och präster, därför att utbrändhet ofta förekommer hos dessa yrkesutövare. Utbrändheten kan också få allvarliga konsekvenser för dem som skall hjälpa.

Jag tror att boken vunnit på om författaren valt att koncentrera sig på en enda yrkesgrupp, exempelvis läkarna, eller i varje fall på enbart sjukvårdsyrkena.

### Utbränningsfenomenet

Inledningsvis beskrivs utbränningsfenomenet, symtom, orsaker och behandling och hur man skall förebygga det. Författaren kommer sedan in på arbetsstress och psykisk sjukdom i hälso- och sjukvården, skolan och kyrkan. Han redogör för norska undersökningar om utbrändhet, men jag saknar referat av internationella studier.

Författaren har studerat in tagningen av de olika yrkesgrupperna på tre psykiatriska institutioner, ett nervsanatorium och en rusmedelsinstitution i Norge. Undersökningarna bygger på statistik från femårsperioden 1985–1989, men framför allt för läkargruppen finns också siffror redovisade från längre tid och hela riket. Siffrorna blir dock alltför många här och texten därigenom periodvis svåräst och svåröverskådlig.

### Hälsovård för läkare

I kapitlet om läkaryrket har författaren gått igenom intressant litteratur rörande läkares personlighet, psykiska sjuklighet, missbruk och självmord. Roness beskriver aktuella problem i yrket och illustrerar med fall där läkaren alltså är patient.

En del goda praktiska råd ges också om hur dessa problem kan behandlas och förebyggas.

Till de bästa avsnitten i boken hör diskussionen om en speciell hälsoservice för läkare. Författaren redovisar bland annat en modell från Storbritannien, där det finns avtal med 250 psykiater att ta kolleger i behandling och också om vårdplatser på sjukhus. Vidare diskuteras behovet av kollegiala stödgrupper, hur journaler om läkare skall förvaras m m.

I ett avsnitt om att förebygga utbrändhet bland läkare framhåller Roness att det är nödvändigt att personer som inte är lämpliga för yrket stoppas tidigt i studierna, vilket jag instämmer i.

Det jag saknar i boken är vad som händer med läkare som inte kan fortsätta i sitt yrke och vilka möjligheter det då finns till rehabilitering och eventuell omskolning.

### Rusmedelsbruk

Varje yrke har ett eget kapitel i boken. Alla dessa avsnitt är uppbyggda ungefär som läkar-kapitlet. Ibland kan det därför bli vissa upprepningar.

I det avslutande kapitlet om arbetsmiljö skriver Roness om rusmedelsbruk i hälso- och sjukvården. Hans synpunkter tyder på bred erfarenhet och kunskap i dessa frågor. När dessutom, som distributör av rusmedel, läkaren i sin egen-skap av receptförskrivare jämförs med bryggeriarbetaren får Roness mig att på ett bra sätt tänka på vilket stort ansvar jag som läkare har i detta avseende.

### Klokt om läkarproblem

Sammanfattningsvis redovisas i boken en hel del kloka synpunkter på och erfarenheter av bland annat läkaryrkets speciella problem. Även om Roness kunde ha koncentrerat framställningen något bör boken läsas av den svenska läkarkåren. Detta inte minst i tider då den psykosociala arbetsmiljön för många svenska läkare drastiskt försämras till följd av den marknadsturbulens och de kraftiga sparbetning som för närvarande präglar svensk sjukvård.

I Norge har man kommit längre än i Sverige i många frågor som gäller läkarnas arbetsmiljö. Boken blir därför också ett bra komplement till det sär-

tryck, »Missöden, misstag, missbruk i sjukvården», som tagits fram med artiklar i Läkartidningen 1994–1995 om problemläkare, läkarproblem, ansvarsfrågor och patientförsäkringen. •

## Hur tar sig läkare igenom en vanlig arbetsdag?

Ulla Holm. **Det räcker inte att vara snäll. Förhållnings-sätt, empati och psykologiska strategier hos läkare och andra professionella hjälpare.** 174 sidor. Stockholm: Natur och kultur, 1995. Pris ca 305 kr. ISBN 91-27-05667-8.

*Recensent: allmänläkare Ulla Söderström, Axlagården, Umeå.*

Det är lika bra att säga det direkt: Det här är en bok jag tycker att alla läkare borde läsa! Den handlar om oss själva. Den är intressant och läro-rik – dessutom är den lättläst och i ett litet format!

Ulla Holm är fil dr, psykolog och leg psykoterapeut. Hon har tidigare i sin forskning följt läkarstudier under utbildningen, och hon har givit ut en bok om empati.

Denna nya bok bygger på en studie författaren genomförde med anslag från Arbetstlivsfonden 1990–1993, där 40 läkare från olika specialiteter medverkade. Den resulterade i en forskningsrapport »Läkares vardag. En studie av den psykiska arbetsmiljön».

### En vanlig arbetsdag

Ulla Holm har använt sig av direkta observationer kombinerade med psykologiska test och intervjuer för att belysa hur erfarna läkare tar sig igenom en vanlig arbetsdag, vilka påfrestningar de möter och vilka psykologiska strategier de använder. Avsikten var att granska hur innehåll och arbetssätt inom olika specialiteter tillsammans med personliga faktorer påverkar läkares sätt att psykiskt bemästra och hantera de situationer de ställs inför i vardagsarbetet.

Författaren valde ut specia-

lister inom den somatiska vården – internmedicinare, allmänkirurger och allmänläkare. Det är läkare från stora utbildningssjukhus och från små länds sjukhus, såväl kvinnor som män i så jämn fördelning som möjligt.

### Deltagande observation

Huvudmetoden i studien var deltagande observation. Ulla Holm följde var och en av de 40 läkarna under två hela arbetsdagar. Hon genomförde ostrukturerade intervjuer med dem med inriktning på inträffade händelser. Läkarna genomgick också några psykologiska test som belyste deltagarnas förmåga att uppleva och utärda känslor som väcks inom dem själva, samt deras känsla av sammanhang och meningsfullhet, självbild och relation till andra människor.

Det är högst intressant att ta del av resultatet av den här studien. Som läsare känner man igen sig själv, och man känner igen kollegers sätt att hantera olika situationer.

### Omskakande

Det var omskakande att läsa om hur författaren fått uppleva att läkare – om än vid ett fåtal tillfällen – uppträtt på ett rent sadistiskt sätt gentemot patienter. Samtidigt är det viktigt att sådant nämns vid sitt rätta namn.

Vi har nog alla åtminstone någon gång stött på liknande fall, eller hört talas om det, men vi har inte velat se vad som försiggätt, och vi har hittat ursäkter för läkares uppförande. Om man lär sig se det så som författaren beskriver det kan man också lära sig att hantera det på ett bättre sätt, till skydd för patienterna.

### Anvisningar och förslag

Men här finns också skildring av läkare som bemöter patienterna på ett sätt som gör mig alldeles varm invärtes när jag läser om det. Boken innehåller också beskrivningar av patienters beteenden, så som vi kan möta dem av och till och som vi kan ha svårt att hantera. Där ger författaren oss anvisningar och förslag.

Kort sagt: Läs den här boken! •

Adressera korrespondens om nya böcker och recensioner till:

Bokredaktionen, Läkartidningen, Box 5603, 114 86 Stockholm.