



ländska visdomen utan att vara påträngande. Redan i definitionen av ett bra sätt att dö på poängteras det individuella, »ett bra sätt är det sätt som passar just dig, ett sätt som så långt det är möjligt, speglar din egen personlighet och dina värderingar».

Praktiska metoder och tips

Boken är uppbyggd i fem delar med reflektionsfrågor till varje del. Den innehåller en del koncentrations- och avslappningsövningar med tydliga instruktioner. Övningarna är lätta att ta till sig och lära sig. Olika massagetechniker är beskrivna med ett bra tecknat bildmaterial, även det lätt att förstå och praktisera. En stor del av boken handlar om praktiska jordnära omvårdnadsfrågor. Hur kan ett sjukrum inredas? Hur bäd- dar man när den sjuke ligger kvar i sängen, och hur tvättar man en som ligger? Boken handlar mycket om känslor, den inre väderleken kallar Reoch de humörsvängningar som ofrånkomligt uppstår runt och inom den sjuke. Boken har referenslista, ett ganska magert index och ett bra avsnitt med lästips.

Författaren delar in sin målgrupp i tre kategorier, de som konfronterats med dödlig sjukdom, de som vårdar döende och de som vill förbereda sig för döden. Han skriver enkelt och lättfattligt, vem som helst kan och kommer att läsa boken. Det blir också mitt argument för en rekommendation till kolleger och vårdpersonal att åtminstone stanna inför den i bokhandeln och bläddra igenom den. Den här boken kommer att läsas av gemene man, de cancerpatienter som läkaren möter, den plågade familj som sjuksköterskan får kontakt med. Boken berör kuratorn som får frågor om alternativa behandlingsmetoder och hur man upprättar inte bara sitt juridiska testamente utan även ett livstestamente, den berör dietisten som ställs inför kostfrågorna och om det är tillrådligt med örterapi.

Provocerande brist på västerländsk skolmedicin

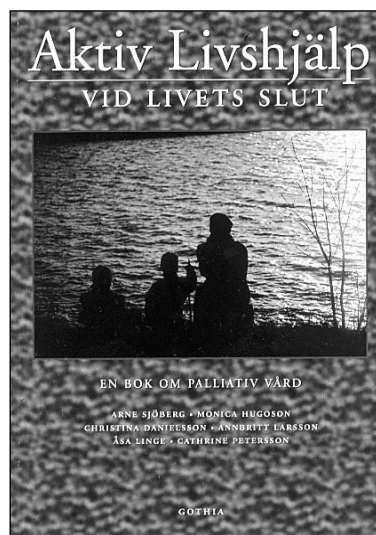
Den vanliga skolmedicinska västerländska traditionen finns inte med i boken, och avsnittet om smärtbehandling blir jag väldigt tveksam till. Med många års erfarenhet av cancersmärta tror jag helt enkelt inte på råd som att se på sin smärta med ett inre leende. Psykologiska försvarsmekanismer har ofta i vår kultur en skyddsfunktion, bokens avsnitt kan lätt missförstås som att ett förnekande alltid skadar. Riktigt provocer-



rande för en läkare blir förstås avsnittet »När det inte finns någon doktor». Avsnittet är hämtat ur en annan bok, en mexikansk sjukvårdshandbok spridd i Latinamerika, med samma titel. Bitvis blir bokens vänlighet förförisk och verkligheten förskönas.

Måhända kan den ge hopp, även om vägen till den glädjefrika död som författaren målar upp för de flesta är tyngre att gå. Sorg kan ta sig många uttryck. I denna märkliga bok finns bl a www-adressen till en elektronisk minneslund, kanske typiskt i den nya tidsåldern New Age.

Som de flesta böcker innehåller den både bra och mindre bra saker, men om den läses med eftertanke är den en upplevelse. •



Kortfattad handbok om vård i livets slutskede

Arne Sjöberg, Monica Hugoson, Christina Danielsson, Annbritt Larsson, Åsa Linge, Cathrine Petersson. **Aktiv livshjälp vid livets slut. En bok om palliativ vård.** 2:a upplagan. 157 sidor. Stockholm: Gothia, 1998. ISBN 91-7205-145-0.

Recensent: Ulla Söderström, allmänläkare, Umeå.

Personalen vid rehabiliterings- och långvårdskliniken i Kalmar, som 1995 gav ut »Aktiv livshjälp vid livets slut», har nu kommit med en andra, reviderad upplaga. Boken kan beskrivas som en kortfattad handbok om vård i livets slutskede. Man vill tydliggöra den palliativa, lindrande, vårdens innehåll och arbetssätt. Den första upplagan anmäldes utförligt i Läkartidningen, och jag förmodar att de flesta verksamma inom det aktuella arbetsfältet känner till den.

Täcker aktuella områden

Boken är lättöverskådlig och lättläst. Den riktar sig till alla personalkategorier som arbetar med patienter i livets slutskede. Innehållet täcker de flesta av de områden som är aktuella när det gäller palliativ vård, såsom empati, smärtbehandling, strålbehandling, munvård, att möta döden, vård i hemmet. Den tar inte upp den specifikt medicinska information som läkaren behöver t ex inom diagnostik och farmakologi.

Utökat avsnitt om smärta

Den nu föreliggande andra upplagan har utökats med ett kapitel om smärtupplevelsen samt fördjupning av vissa andra avsnitt, bl a palliativ strålbehandling och fatigue – trötthet.

Rekommenderas till alla personalkategorier

Boken kan rekommenderas till alla som arbetar med palliativ vård. Specifika yrkeskunskaper måste dock sökas i speciallitteratur. Man känner att boken är skriven med värme och med en stark önskan att förmedla det man vet om hur man kan hjälpa patienterna att göra livets sista tid så ljus som möjligt. •