



Guldgruva om psykologiska trauma hos barn

Atle Dyregrov. **Barn och trauma.** 174 sidor. Lund: Studentlitteratur, 1997. ISBN 91-44-00427-3.

Recensent: Göran Högberg, överläkare, PBU Liljeholmen, Stockholm.

Denna bok handlar inte om kirurgiska trauman utan om livshotande och skrämmande upplevelser, så som psykologiska trauman. Den vänder sig till en intresserad allmänhet med särskild inriktning på dem som i sitt vardagliga arbete kommer i kontakt med barn.

Under de senaste åren har begreppet PTS, posttraumatisk stress, vunnit insteg i våra diagnoskataloger, och det har skett en explosionsartad utveckling av kunskapen inom detta fält.

Atle Dyregrov vid Senter for Krisepsykologi i Bergen i Norge är en av de ledande i denna metodutveckling. Vikten av denna verksamhet visas av diskotekbranden i Göteborg då plötsligt hundratals människor är drabbade och många konfronteras med hur sådana ohyggliga upplevelser av smärta och förlust kan hanteras.

Praktisk kunskap om hantering av efterreaktioner

Boken beskriver ingående vad som händer vid livshotande skrämmande upplevelser och hur reaktionerna kan kvarstå och skapa problem med koncentration, känslomässiga reaktioner och beteendeproblem.

Tyngdpunkten i boken ligger på hur man kan hantera dessa efterreaktioner, och här är boken föredömlig med att dela ut praktisk kunskap som är enkel att tillämpa i vardaglivet.

Det handlar i grunden om att det psykologiska traumat har skapat en betingad rädslekreaktion som gör att barnet har en hög inre beredskap och lätt utlöser rädslekreaktioner. Den kroniskt höjda inre beredskapen skapar svårigheter då den tar energi från annat och sliter på kroppen genom exempelvis svårigheter att sova.

Det andra problemet för barnet är de lättutlösta rädslekreaktionerna som kan visa sig i undvikande eller aggressivt beteende och få stora negativa konsek-

venser för både det sociala livet och skolarbetet.

All behandling av PTS syftar till att minska rädsla och öka trygghet. Författaren betonar vikten av att skapa social trygghet genom att arbeta med normalisering och stärkande av kamratband, trygghet i klassrummet och lugn och värme i familjen.

Förnämligt är att författaren betonar vikten av kroppskontakt, beröring i vid bemärkelse inkluderande massagetekniker, för att minska barns rädsla och öka deras lugn och känsla av tillhörighet.

Vad gäller psykologiska tekniker så inriktar sig boken på arbete med lektekniker och inre upplevelser som kan förändras med tekniker som påminner om hypnos och beteendeterapi.

En intressant aspekt som Dyregrov betonar är att det framför allt är flickor som kan tillgodogöra sig den traditionella vården med samtal i lugna situationer, för pojkar behövs mer aktivitetsinriktade behandlingsformer.

Om jag skulle önska något tillägg så vore det att nämna hur arbetet med att dela drömmar kan hjälpa en familj att klara en bearbetning av en livshotande upplevelse eller förlust. I boken nämns drömmarna mest som ett symptom i form av mardrömmar som kan bearbetas. Jag har i många fall av bearbetning av dödsfall inom familjen, och även i arbete med flyktingbarn, upplevt hur positivt det har varit för familjemedlemmar att berätta drömmar för varandra. Detta utan att tolka eller ändra drömmarna. Bara att dela med sig av dem har via drömmarnas symboliska språk skapat ökad samhörighet genom att traumat speglas på olika sätt i familjemedlemmarnas drömmar.

Låt inte vårdkrisen drabba barnen!

En reflektion som infinns vid läsandet av boken är att vi har kommit långt i Sverige när det gäller att minska traumatiska upplevelser för barn i vården. Jag tänker på sådant som att föräldrar bor på sjukhuset med barnen, lektarapin på barnklinikerna, EMBLA-salvan vid injektioner och mycket annat. I kristider som nu finns det all anledning att värna om detta och att utveckla det. Vi har alla mycket att vinna på att inte vården ger rädsleskador som sedan leder till försvärad behandling eller nya vårdbehov. Den ökade stressen inom sjukvården har en gräns när den riskerar att göra vården onödigt traumatiserande för patienterna. Vi måste kämpa för att

vi inom vården mår bra så att även patienterna kan få en chans att göra det.

Av värde för barnpsykiatrer, barnläkare och allmänläkare

Boken har ett fylligt register och är som helhet en liten guldgruva med praktiska råd och teoretisk förståelse. Den är av värde för barnpsykiatrer, barnläkare, allmänläkare och alla övriga som har kontakt med barn i vården. Boken ger oss dels en kunskap som vi själva har nytta av i patientkontakten, dels en källa att ösa ur i vår roll som rådgivare till såväl föräldrar som andra yrkesgrupper. •

Bred exposé av ett undervärderat samhällsproblem

Jörgen Lundälv. **Förmåga till välfärd. Trafikskadades upplevelser och liv – ett drama om bemästring.** 473 sidor. Stockholm: Fischer & Co, 1998. Pris ca 315 kr. ISBN 91-7054-8706.

Recensent: Richard Levi, med dr och enhetschef, Spinalis, Karolinska sjukhuset, Stockholm.

Trafikskadorna utgör ett betydande medicinskt, socialt och ekonomiskt samhällsproblem. Varje år skadas omkring 15 miljoner personer i trafikolyckor i hela världen. En halv miljon omkommer. För Sverige anger Lundälv antalet skadade och dödade i trafiken 1993 till drygt 20 000, varav drygt 6 000 dödade.

Lundälv citerar Sveriges försäkringsförbund som 1994 konstaterade: »Skador i trafiken betraktas ej som den folksjukdom de egentligen är. Vilken annan sjukdom som helst som skördar offer av samma storlek som trafikskadorna skulle leda till ett större engagemang från Socialstyrelsen, sjukvårdens ansvariga, forskare, politiker och opinionsbildare.»

Enkätstudie bland trafikskadade

Mot denna bakgrund presenterar nu Jörgen Lundälv sin doktorsavhandling vid Socialpolitiska institutionen, Helsingfors universitet, i bokform. Av-