



Handbok om miljöns påverkan på mental hälsa

Ante Lundberg, red. **The environment and mental health. A guide for clinicians.** 233 sidor. Mahwah, New Jersey-London: Lawrence Erlbaum Associates Inc, 1998. ISBN 0-8058-2907-5.

Recensenter: Gunilla Nilson, leg psykolog, och Thomas Silfving, leg psykolog samt leg psykoterapeut; båda Stockholm.

Sjukdomar som orsakas av olika miljöfaktorer tycks ha ökat i omfattning under senare decennier. Det gäller sådana sjukdomar som kroniskt trötthetsyndrom, fibromyalgi samt ryggsmärtor, huvudvärk och yrsel av ospecifik karaktär m m.

Människor med dessa svårdiagnostiserade besvär söker i allt större utsträckning hjälp inom både psykiatri och primärvården. Patienter med problem som antas orsakade av »sjuka» byggnader, elektromagnetiska fält och kemiska ämnen, remitteras även de allt oftare till psykiater och psykologer.

I många fall är dessa patienter mycket hjälpsökande och vårdkrävande. De uppvisar komplexa och ovanliga fysiska och psykiska symtom som klinikern inte sällan saknar kunskap om och därför har svårt att behandla på ett effektivt sätt.

Adekvat oro

De patienter som utsatts för bly-, kvicksilver- och PCB-förgiftning är däremot lättare att diagnostisera och tillhör därför inte ovanstående grupp. I introduktionen till boken skriver Ante Lundberg: »Anecdotal evidence indicates that clinicians see more and more patients who have been exposed to environmental poisons or environmental stress, who worry about environmental threats, or who are preoccupied with the fate of the environment. Often such concerns are irrational and can be seen as representing cognitive dysfunction or neurotic defense such as displacement or rationalisation. But in some cases the fears are well founded.»

I ett av kapitlen diskuteras den ade-

kvata oro som människor har för den globala miljöförstörelse som ständigt pågår.

Första boken med forskningsresultat

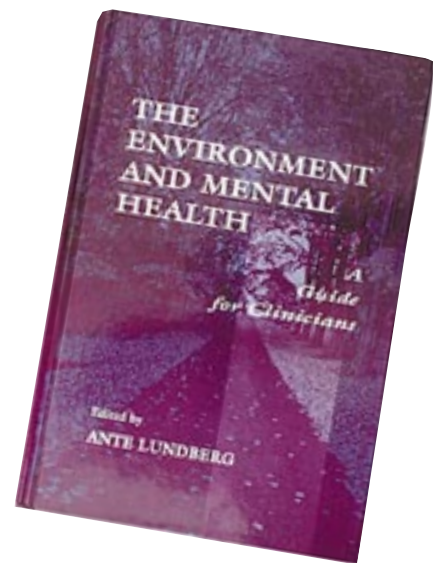
»The environment and mental health» är den första boken i sitt slag som presenterar forskningsresultat som belyser ovanstående problematik. Den spänner över vitt skilda områden. Allt från amalgamförgiftning och elöverkänslighet till de svårdiagnostiserade sjukdomar som soldater som deltog i kriget i Persiska viken 1991 i efterhand drabbats av. Boken ger också läsaren ett betydligt vidare perspektiv på begreppen mental hälsa och miljö än vad vi i allmänhet är vana vid. Dessa begrepp behandlas såväl ur ett globalt perspektiv, hur vi tar hand om naturresurserna, påverkas av klimatförändringar osv, som ur ett individuellt relationsperspektiv, hur vår kontakt med naturen t ex genom skogspromenader eller seg påverkar vårt välbefinnande.

Psykologiska följdverkningar av miljökatastrofer

Redaktör för boken är Ante Lundberg. Utöver introduktionskapitlet har han skrivit kapitel två, som visar hur miljöförändringar påverkar vår psykiska hälsa. Han är dessutom medförfattare till kapitlen fyra och fem. Kapitel fyra beskriver hur klinikern skall undersöka, diagnostisera och behandla patienter som påstår sig ha blivit exponerade för giftiga kemikalier i omgivningen. I kapitel fem redogörs för olika psykologiska följdverkningar av teknologiska katastrofer. Ett exempel är kärnkraftsolyckan »Three Mile Island» i USA 1979. Efter denna olycka kunde man konstatera psykologiska följdverkningar i upp till sex år. Efter en naturkatastrof däremot kan den psykologiska läkningsprocessen påbörjas omedelbart. Författarna visar att det i avseende på det mentala uppbyggnadsarbetet finns en skillnad mellan naturkatastrofer och teknologiska katastrofer. De senare, som orsakas av en kombination av mänskliga missbedömningar och teknologiska fel och därför är mera oförutsägbara, leder ofta till ett långvarigt och ovisst lidande.

Ta lidandet på allvar!

Ett intressant kapitel i boken är »Environmental illness: Multiple chemical sensitivity, sick building syndrome, electric and magnetic field disease» av den svenske läkaren Bengt B Arnetz.



Han menar bl a att människor som klagar på ospecifika symtom tidigare haft svårt att få hjälp inom sjukvården. Deras besvär har inte tagits på allvar. Med tanke på detta skriver Arnetz: »But even if complaints are classified as an undifferentiated somatoform disorder, the clinician should keep in mind that the patient does not fake his or her symptoms, but believes they are related to the external environment.»

Trots att psykisk ohälsa och dessa följder av ospecifika symtom inte kunnat kopplas till några specifika miljöfaktorer, kan klinikern ändå hjälpa patienten med dennes subjektiva upplevelser, bl a genom att informera om den kunskap som finns på området, betrakta symtomen som verkliga och stödja patienten i att hantera det lidande som ingen egentligen vet orsaken till.

Kunskaper för klinikern

Författarna till boken utgår från forskningsresultat, fakta och insamlade data. Ambitionen med boken är att förmedla kunskap om den psykiatriska och psykologiska forskningen inom miljöpsykiatriens område. Det gäller både globalt och lokalt. »The environment and mental health» är en handbok för kliniker som arbetar inom områdena miljöpsykiatri och -psykologi. I boken diskuteras också hur man psykoterapeutiskt bemöter människor som på ett menligt sätt exponerats för miljögifter och andra former av miljökatastrofer.

Engagerande ämnesområde

Boken hjälper läsaren att på ett översiktligt och systematiskt sätt förstå hur miljön kan påverka oss negativt men också vara helande. Vår uppfattning är att den aktualiserar ämnesområden som engagerar oss alla. •