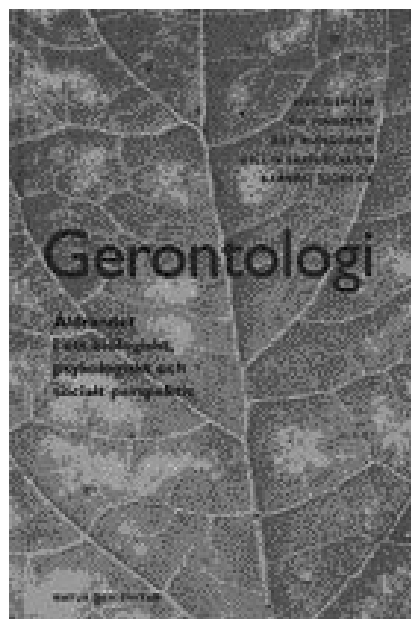




Lyckat tvärvetenskapligt samarbete om åldrandet

Ove Dehlin, Bo Hagberg, Åke Rundgren, Gillis Samuelsson, Barbro Sjöbeck. **Gerontologi. Åldrandet i ett biologiskt, psykologiskt och socialt perspektiv.** 314 sidor. Stockholm: Natur och Kultur, 2000. Pris ca 480 kr. ISBN 91-27-06613-4.

Recensent: Maria Dahl, leg psykolog, geropsykiatriska sektionen, Centrala Stockholms psykiatriska klinik.



Boken »Gerontologi» är en lyckad och välbehövd sammanvigning av människans kropp med psyket, i ett socialt sammanhang. Lättläst, men innehållsrik och väl utarbetad, håller den en hög internationell standard. Den förtjänar att läsas av alla som har ett yrkesintresse att skaffa sig kunskap om åldrandet.

Åldrandets biologi

Professor Ove Dehlin och docent Åke Rundgren skriver om åldrandets biologi. De inleder med att definiera begreppet gerontologi, sätter det i ett historiskt perspektiv och kartlägger åldrandet demografiskt. Det normala åldrandets etiologi har länge sysselsatt forskningen. Genetiska, biokemiska, fysiologiska och utvecklingsgenetiska förklaringsmodeller sammanfattas.

Den fysiologiska/biologiska åldern motsvarar inte alltid den kronologiska. Kroppens kapacitet och individens förmåga vid en viss tidpunkt bestäms av balansen (homeostasen) mellan inre funktioner och miljöpåverkan, men även av individens förmåga att anpassa sig till yttre krav och förväntningar och att trivas med livet. Hälsa förutsätter stabilitet i både kropp och själ.

Kunskapen om tidens effekt på olika kroppsorgan och system är ibland otillräcklig, och därför kan det i vissa fall vara svårt att skilja mellan det normala och det sjukliga. I fem kapitel behandlas omsorgsfullt normala biologiska förändringar och därtill relaterade sjukdomstillstånd även med hänsyn

till könsskillnader, när sådana föreligger.

Utrymme ges även för den fysiska inaktivitetens inverkan på en rad organ, funktioner och kroppens förmåga i stort.

Författarna avslutar med att lyfta fram födans betydelse utifrån de förändringar som åldern medför på cellmetabolismen och den äldres minskade behov av energi. Kapitlet rymmer även kostrekommendationer för äldre.

Åldrandets psykologi

Professor Bo Hagberg avhandlar åldrandets psykologi. Denna del av boken börjar med en sammanfattning av olika teorier om skillnader i det individuella åldrandet: utvecklings-, disengagemangs-, aktivitets-, gerotranscendens-, adaptationsteori, m m.

Vår intellektuella förmåga, vår förmåga att hantera yttre och inre förändringar, men även den tillfredsställelse som livet erbjuder (eller tillbakahåller), bestämmer hur mycket vi förändras, psykiskt sett, i hög ålder. Har vi en positiv självbild och en praktisk möjlighet att leva ett aktivt liv, kan vi se fram emot en god ålderdom.

Arv, social miljö, ekologiska faktorer, socioekonomisk status, nutrition, medicinsk omvårdnad, personlighet och intelligens pekas ut i Bonn-studiens modell som de viktigaste variablerna bakom livslängden.

Förlusten av den intellektuella kapaciteten förklaras med tre olika teoretiska modeller: 1. »Disuse»-teorin: man

förlorar den förmåga man inte använder. 2. Förlångsamningsteorin: förändringar i de sensoriska och motoriska processerna gör att äldre behöver mer tid på sig för att uppfatta och reagera på stimuli. 3. Alienationsteorin: hur miljöförändringar inverkar på äldre personer.

Genom våra stresshanteringsstrategier (coping) klarar vi den press som livet så gott som konstant utsätter oss för. Ju mer begripliga och meningsfulla påfrestningarna ter sig och ju mer vi upplever att vi har kontroll över dem, desto större chans har vi att överleva dem (»salutogenes model»). I denna strävan är våra samlade erfarenheter från tidigare svåra händelser oss till godo eller till belastning.

Den livslånga interaktionen mellan individens ärftliga förutsättningar och miljöpåverkan lyfts fram i en arbetsmodell om det funktionella åldrandet.

Åldrandets sociala aspekter

Docent Gillis Samuelsson fokuserar åldrandets sociala aspekter, sådana som socialklassstillhörighet, maktrelationer, rollförändringar, sociala nätverk m m, och deras betydelse för den äldres välbefinnande.

Han hävdar att forskarna mestadels har intresserat sig för den åldrande individen medan det sociala sammanhållningens inverkan inte har utforskats lika mycket.

Omsorg och omvårdnad

Barbro Sjöbeck vill i bokens sista kapitel definiera förhållandevis nya begrepp som »omsorg» och »omvårdnad».

Utifrån fiktiva fallbeskrivningar demonstrerar hon teoriernas användbarhet och närmar sig dagens verklighet för de äldre i Sverige.

Bra exempel på forskningssamarbete

Interaktionen mellan arv och miljö genomsyrar både det biologiska och det psykologiska åldrandet. Synen på människans biopsykologiska utveckling som en komplex och sammanflätad, multifaktoriell process är befriad från enkelspåriga, obstinata förklaringar.

Betydelsen av ett tvärvetenskapligt forskningssamarbete blir tydlig för läsaren men uttalas även i klarspråk. Boken i sig utgör ett lyckat exempel på tvärvetenskapligt samarbete. •