

Smarta molekyler i ondskans tjänst

OND KEMI. Berättelser om människor, mord och molekyler

325 sidor

Författare: Ulf Ellervik

Förlag: Fri tanke; 2011

ISBN 978-91-86061-30-2

Boken »Ond kemi« av Ulf Ellervik fick 2010 års pris som delas ut av Kungliga Vetenskapsakademien och förlaget Fri Tanke för att främja populärvetenskaplig litteratur inom det naturvetenskapliga området. Några utdrag ur pris-motiveringen: »... stor sakkunskap ... och glimten i ögat ... inte bara varna för missbruk utan också ta oss med på en roande exposé genom kemins dramatiska historia.«

Ulf Ellervik, född 1969, är professor i bioorganisk kemi vid Lunds universitet, vilket inte hindrar honom att ge sig långt in på det medicinska området, särskilt farmakologi, toxikologi och medicinhistoria. Boken kommer därigenom att med sina drygt 300 sidor täcka ett mycket brett fält.

Enklast kan innehållet beskrivas genom att ange de nio kapitl rubrikerna: »En svavelosande historia«, som handlar om lukter ur alla möjliga aspekter, luktorganens uppbyggnad, funktion, jämförande anatomi och relation till olika smaker.

»Kroppsdörer« fortsätter på detta tema med fokus på svettning, svettdoft, feromoners eventuella betydelse för sexlivet och tillverkning av parfym. »Dödens kemi« är i vissa delar en in-



struktion i hur man bäst gör sig av med en mördad kropp, om balsamering och kemin bakom bevarandet av Egyptens mumier, men också om olika sorters gifter – till slut också ett recept på inlagd sill mot en kemisk bakgrund.

Kapitlet »Ett gift för kungar – gifternas konung« handlar förstås om arsenikens giftighet i allmänhet och om den rikliga förekomsten av arsenik i gammaldags tapeter, med ett intressant sidospår om Scheele, men också om ett antal historiska arsenikförgiftningar; Napoleon och Erik XIV, samt om författare som använt arsenik i sina böcker, som Agatha Christie och Astrid Lindgren.

»Gift« inleds förstås med Paracelsus, som var den förste att klart uttala att giftigheten mest är en fråga om dos. Detta långa kapitel är starkt farmakologiskt inriktat, och här kan man som farmakolog anlägga vissa synpunkter av mera kritisk art, men jag måste ändå tillstå att författaren i stort sett lyckats att på ett enkelt sätt beskriva såväl historik som kemi och farmakologi för medel som kanske inte vanligen behöver uppfattas som gifter: alkohol, sömnmedel, samt salicylater och koffein. I samma kapitel beskrivs sedan cyankalium, dimetylkviksilver, stryknin, dioxin och kapten Cooks erfarenhet av blåsfiskens tetrodotoxin.

Kapitlet »Nervgifter« utgör en intressant exposé över en rad toxiska substanser från naturen såväl som från kemisternas laboratorier. Giftspindlar, flug-



Häxbrygd – eller soppa?

svamp, tobak, kurare, belladonna, bolmört, snäck- och ormgifter liksom botulinumtoxin (Botox) beskrivs och placeras på ett lättsamt sätt i sina medicinhistoriska och toxikologiska sammanhang. Mot slutet av detta kapitel behandlas också upptäckt och användning av de stridsgaser som bygger på hämning av acetylkolinets nedbrytning.

Ett ur medicinhistorisk synpunkt intressant område behandlas sedan i det omfattande kapitlet »Droger«. Här kan en mängd information om historik, verkningsmekanismer och aktuell situation för ett flertal av våra missbruksframkallande droger inhämtas. För att förklara verkningsmekanismer måste författaren här ge en snabbkurs i hjärnans neurokemi och fysiologi, men i det avseendet skulle vissa påståenden och formuleringar inte ha fått full poäng i en tentamen för läkarstuderande. Mindre lämpligt, enligt min mening, var att i en bok med titeln »Ond kemi« i detta kapitel ge relativt omfattande beskrivningar av värdefulla läkemedel mot såväl depression som psykotiska tillstånd och Parkinsons sjukdom. Det må dock nämnas att författaren är medveten om att gränsen kan vara oskarp mellan gott och ont i dessa sammanhang, och han ursäktar sig just mot denna min anmärkning i en epilog.

I det följande kapitlet »Från senapskål till senapsgas« kommer författaren, via en mycket intressant och roande omväg över orsaken till förekomst av skarpsmakande ämnen i naturen, som senap, pepparrot, kanel och chilipeppar, fram till de på visst sätt kemiskt besläktade stridsgaserna av typen senapsgas.

I det avslutande kapitlet »Bränder och

Hej då, ångest – med KBT

HEJ ÅNGEST! Körskola till livet
230 sidor

Författare: John Leander, Sandra af Winklerfelt Hammarberg.

Förlag: Blue Publishing; 2011

ISBN 978-91-8629-305-5

Min 17-åring reflekterade nyligen över hur hemska det måste vara att vara läka-

re: sitta hela dagarna och lyssna på folks problem. Så tungt och svårt, trodde han. Och visst är det svårt, emellanåt mycket svårt, att inte dras in i patientens oro och göra den till sin genom att beställa en rad prov och undersökningar för att utesluta det ena eller andra. I syn-



nerhet när det egentligen handlar om ångest, som ju kan hanteras på betydligt bättre sätt än de vi oftast har att erbjuda.

Sandra af Winklerfelt Hammarberg, distriktsläkare, föreläsare och författare, upplevde redan som utbildningsläkare att majoriteten av problemen i primärvården kokade ner till ångestsjukdomar, men

explosioner« beskrivs allt i från rökt fisk och uppfinningen av förbränningsmotorer fram till raketbränsle. En initierad redogörelse för förbränningskemi och tändstickans historik får man på köpet.

Sammanfattningsvis är »Ond kemi« sprängfylld av intressanta och roande medicinhistoriska fakta och anekdoter samt deras kemiska bakgrund. De farmakologiska aspekterna tangerar ibland vad som kan anses vara korrekt, och något som kan förbrylla är placeringen av de olika »gifternas« placering i de olika kapitlen. Varför beskrivs, för att ta ett exempel, alkohol, sömnmedel och koffein under rubriken »Gift« och inte under »Nervgifter« eller »Droger«? För att läsa boken rakt igenom ska man nog redan vara intresserad av ämnesområdet, men om så är fallet kan den i princip sträckläsas som ren underhållning. Störst nytta skulle den annars göra som medicinhistorisk eller populärkemisk uppslagsbok om skadliga, eller i varje fall potentiellt skadliga, ämnen. Men här uppenbarar sig bokens främsta svaghet. Ett sakregister, som kraftigt skulle ha ökat bokens användbarhet, saknas.

Den numera välkände Leif G W Persson har skrivit ett förord fyllt av lovord. Dock smyger sig en viss tvekan in hos recensenten om hur noga han kan ha läst boken. Leif G W avslutar sitt förord med följande stycke: »Att jag numera också vet hur det kan komma sig att den helt ljudlösa smygfisen – den med all rätt fruktade Lönnmördaren – luktar så ohyggligt mycket värre än den mest påtagliga bråkare är bara en liten bonus i ett betydligt större och viktigare sammanhang.« Den uppgift har dessvärre undgått recensenten, med den reservationen att det kan bero på ett ögonblick av sänkt uppmärksamhet vid läsningen av denna faktaspäckade bok, som härmed varmt rekommenderas.

Lars Orelund
professor emeritus,
institutionen för neurovetenskap,
Farmakologi,
Uppsala universitet

Läkarens guide för överlevnad i yrket

HOW TO SURVIVE IN MEDICINE
– personally and professionally. 136 sidor

Författare: Jenny Firth-Cozens och Jamie Harrison

Förlag: Wiley-Blackwell och BMJ Books;
2010
ISBN 978-14-0519-271-2

Jag är väldigt glad över att jag blev läkare. Men jag är medveten om att jag inte alltid skickar de signalerna. Efter en nattjournsvecka känner man sig sliten, och det märker omgivningen. Det gäller att komma ikapp med sömnen. Eftersom jag bor på landet och har en och en halv mil in till universitetssjukhuset i Örebro (och vi nu för tiden har en asfalterad cykelväg) så försöker jag cykla fram och tillbaka till jobbet ett par gånger i veckan för att »röra på mig«. Att sova ikapp och att hinna motionera är två sätt att orka med jobbet som läkare.

Ett par gånger sedan den där dagen för sexton år sedan när jag först iklädde mig rollen som (AT-)läkare, har jag råkat ut för riktigt tunga händelser. Jag har varit med när barn har dött på akutmottagningen, i återupplivningsrummet. Jag har varit med om att ifrågasätta mitt eget handlande, att känna att det som hänt var mitt fel, och det har varit tungt. Jag har blivit anmäld, men också haft väldigt många möten med patienter som gett mig kraft, energi och glädje.

Om allt detta handlar boken »How to survive in medicine – personally and professionally« av Jenny Firth-Cozens och Jamie Harrison. Det är en tunn men mycket läsvärd bok. Den här boken tar upp saker jag många gånger tänkt på, men kanske inte satt ord på. Den ger också råd, och handledning i, hur man ska klara av läkaryrket. Förutsättningsarna för yrket har ändrats, på gott och ont. Boken består av 13 kapitel, med titlarna:



1. Det är ett svårt jobb, 2. Varför just jag? 3. Du och din partner, 4. Att välja en specialitet, 5. Att handskas med stress, 6. Helt nere (deprimerad), 7. Svåra människor (patienter), 8. Ilska, 9. Det här är bara för mycket, 10. Krav, krav, krav, 11. Har du råd att visa känslor? 12. Det är mänskligt att fela, 13. Att hantera stress och problem hos andra.

Det här är en läsvärd bok. Jag kommer att läsa den flera gånger och rekommenderar den varmt.

Jonas F Ludvigsson
barnläkare, Fulbright Research Scholar,
Mayo-kliniken, USA

Nya upplagor

Internmedicin. 1022 sidor
Femte upplagan
Redaktörer: Ulf Dahlström, Stergios Kechagias, Leif Stenke
Förlag: Liber; 2011
ISBN 978-91-47-09988-7

Klinisk fysiologi. Med nuklearmedicin och klinisk neurofysiologi. 398 sidor
Tredje upplagan
Redaktörer: Björn Jonson, Per Wollmer
Förlag: Liber; 2011
ISBN 978-91-47-09931-3

Yrkes- och miljödermatologi. 384 sidor
Andra upplagan
Författare: Sigfrid Fregert, Bert Björkner, et al
Förlag: Studentlitteratur; 2011
ISBN 978-91-44-04251-0 ■

som initialt tog sig helt olika uttryck. Hon kände därför ett stort behov av att kunna bemöta och hjälpa sina patienter på ett mer adekvat sätt. Sedan flera år tillbaka leder hon nu med stor framgång gruppbehandlingar på sin vårdcentral i Sundbyberg, och hon håller även kurser för andra som vill arbeta enligt samma modell.

I boken »Hej ångest! Körskola till livet« får man ta del av grundprinciperna för behandlingen, och boken kan användas

av såväl behandlare som mottagare.

Vårt evolutionärt sett framgångsrika automatiska nervsystem beskrivs, liksom dess baksidor och hur de kan hantearas. Vi får inblick i hur allting hänger ihop, vilka uttryck ångestsjukdomarna tar sig, så att vi kan benämna dem vid deras rätta namn och ge rätt diagnos. Vikten av patientens delaktighet i arbetet enligt kognitiv beteendeterapi, KBT, understryks. Grundbudskapen att man aldrig kan dö av sin ångest och att man alltid kan avbetinga ett betingat beteende

de framhålls på ett befriande sätt.

Boken innehåller även handfasta övningar och klart upplysande fallbeskrivningar, och den kan användas som självhjälpbok eller som kurslitteratur i gruppbehandlingen. »Hej ångest! Körskola till livet« inbjuder till att möta patienten på ett nytt sätt, och göra det tunga lite lättare.

Gunilla Hasselgren
distriktsläkare vid vårdcentralen i Kil,
Värmland