

Stresskunskap för diagnos och terapi

PSYKOSOCIAL MILJÖ OCH STRESS

307 sidor

Redaktör: Töres Theorell (red)

Förlag: Studentlitteratur; 2012

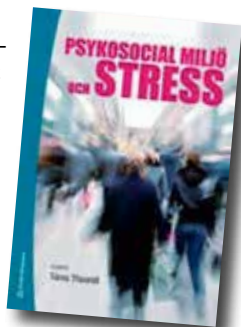
ISBN 978-91-4407023-0

Stress och stressrelaterad ohälsa utgör en stor del av den sjuklighet som leder till primärvårdsbesök och sjukskrivning i Sverige i dag.

Stress och orsaker till stress är således ett utomordentligt aktuellt och viktigt område.

Boken »Psykosocial miljö och stress« är därför en välkommen sammanställning av de senaste kunskaperna inom området.

Redaktör för boken är Töres Theorell, professor emeritus vid Stressforskningsinstitutet vid Stockholms universitet, där han var chef fram till sin pensionering. Han har under större delen av sitt yrkesverksamma liv forskat inom stress och ohälsa. Han har i den aktuella boken, tillsammans med 10 av de mest namnkunniga klinikerna



och forskarna i Sverige, redovisat stress och stressens konsekvenser.

De olika kapitlen innehåller värdefull kunskap, allt ifrån biologiska, psykologiska och sociala aspekter på stress och psykosocial miljö, en kunskap som kan vara värdefull för många yrkesgrupper: läkare, övriga terapeuter, forskare, arbetsledare m fl.

Fenomenet att bli slutkörd på jobbet är inget nytt. Ett antal beteckningar på företeelsen diskuteras. Ordet utbrändhet kommer från Christina Maslachs begrepp »burnout«, som i översättning betyder urladdad, som t ex ett urladdat batteri. Det svenska ordet utbrändhet leder tanken till ett mer oåterkalleligt tillstånd och namnet har därför inte accepterats av alla. Den diagnos som Socialstyrelsen antagit för kronisk stressinducerad psykisk ohälsa är »utmattningssyndrom«, som har ICD-kod F43.8.

I kapitlet om stress och utbrändhet redovisas de olika faserna i utbrändhetssyndromet, vilket är värdefullt så-

väl för diagnostiken som för terapival och prevention.

Stressens samband med andra åkommor diskuteras liksom det långdragna förloppet vid en manifest utbrändhet. Detta är viktigt att veta och förstå för såväl den sjuke som den behandlande läkaren liksom för Försäkringskassan.

Det finns i dag ingen evidensbaserad terapi som leder tillbaka till arbete efter en utbrändhetsperiod. Regeringens rehabiliteringsråd analyserade detta och fann att en viktig åtgärd i många fall är involveringen av arbetsplatsen. En nyligen publicerad studie har visat att arbetsplatsåtgärder och till och med arbetsplatsbyte är bland de viktigaste åtgärderna. I boken nämner författaren också planer på att involvera arbetsplatsen i rehabiliteringsarbetet.

Boken är lättläst och har som målgrupp alla som har att göra med stressförebyggande åtgärder. Den kan användas som lärobok men även som uppslagsbok inom både terapi, prevention och arbetsorganisation.

Åke Nygren

professor emeritus, KI

Saknad bok äntligen skriven

PÅ AKUTEN

302 sidor

Författare: Jenny Arhammar, Birgitta Wagrell

Förlag: Liber; 2012

ISBN 978-91-47-10053-8

I förordet till denna bok säger författarna att de skrivit den bok de själva har saknat. Det är lätt att instämma och bekräfta. Efter genomläsning inser jag att jag har saknat denna bok hela mitt liv som aktiv kliniker.

Man läser boken med nöje från pärm till pärm, inte minst därför att författarna lyckas ge liv och färg åt vanliga och ovanliga, ofta svårtolkade akuta sjukdomstillstånd. Det är alltså inte en traditionell uppslagsbok, som man bär i fickan på akuten. Den passar bättre för aktiv läsning i lugn och ro för den som vill bredda och pröva sitt kunnande – och vidga den kliniska associationssfären!

I boken presenteras 35 symtombase-

rade fallbeskrivningar som täcker en förvånansvärt stor del av det akutmedicinska panoramat. Som distriktsläkare med många års klinisk erfarenhet instämmer jag i att boken passar utmärkt för nybörjare, men här finns medicinska fakta och exempel på klinisk problemlösning som kan vara till stor hjälp även för den mer erfarna läkaren.

Upplägget stimulerar: Först en symptomrubrik av typ »Det röda benet«, som ibland även preciseras på ett intresseväckande sätt, exempelvis »Andnöd i fjällen« eller »Platt fall på toaletten«. Därefter följer en livfull fallbeskrivning med patienten i centrum.

Efter fallbeskrivningen kan läsaren stanna upp och begrunda någon eller några explicita frågeställningar om differentialdiagnoser, behov av ytterligare utredning, provtagning, behandling osv. Sedan följer ett kort avsnitt där författarna berättar om handläggningen och hur det gick för patienten. Detta av-



slutas med några tydliga budskap utifrån just detta fall, och allra sist i varje kapitel kommer en sida med flervalsfrågor av generell betydelse för sjukdomstillståndet i fråga. Facit till frågorna hittar man i slutet av boken.

Pedagogiken är utmärkt. Författarna lyckas på ett njutbart sätt förena faktaförmedling med känsla för den stökiga kliniska verkligheten, där nästan allt kan hända och där så mycket kan gå snett.

Misstagen får vi dock inte veta mycket om i boken. Det ger minuspoäng i trovärdighet gentemot verkliga livet, men den dimensionen hade knappast rymts inom konceptet. Hade jag själv fått boken i min hand under AT- eller ST-tiden hade jag säkert kunnat undvika flera tråkiga misstag. Jag tänker exempelvis på en utomordentligt svår diagnos som kronisk lungembolism.

Boken öppnar en ny nisch i den akutmedicinska världen.

Christer Petersson

distriktsläkare, FoU Kronoberg, Växjö