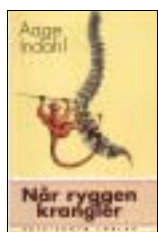


Aage Indahl:

**Når ryggen krangler**

**D**ette er en pocketbok som har til hensikt å komme alle med vond rygg til unnsetning. Forfatteren er lege og dr. med. Han arbeider med rehabilitering på spesialsykehuset i Stavern. Hans avhandling «Low back pain – a functional disturbance» fra 1999 vakte internasjonal oppsikt, da den representerer en helt ny forklaringsmodell. Den knuser myter og dogmer. Med boken vil han hjelpe «alle som har så lyst til å jobbe, leke, danse, elske, leve, men som har gått opp fordi ryggen vil noe annet».

Første kapittel er en kort gjennomgang av hva ryggsmerte egentlig er, eller retttere sagt hva man tror det er. Han konkluderer med at «riktig» bruk av ryggen og «ryggskoler» ikke har kunnet påvise å ha noen overbevisende forebyggende effekt.

Kapittel 2 er en gjennomgang av de forskjellige diagnoser man kan få når ryggen krangler. Men her er det et problem: På tross av de mest avanserte undersøkelsesmetoder, kan det hos 80–90 % av ryggpasientene ikke stilles en eksakt diagnose eller med sikkerhet slås fast hvor smertene kommer fra. Det er derfor ikke kun pasienten, men også behandleren som lurer på hva det kan være.

Neste kapittel gjennomgår helsevesenets tilbud. Det er mange forskjellige behandlinger, men det er ingen som skiller seg ut som *Behandlingen*. Hertil kommer at det er en meget stor grad av selvhelbredelse. Det er derfor vanskelig å avgjøre om det er behandlingen som har virket eller om det er naturens gang!

Kapittel 4 gjennomgår de forskjellige operasjoner og deres prognoser, og neste kapittel er en gjennomgang av ryggens anatomi og fysiologi på en enkel og forståelig måte.

Kapittel 6 er mer abstrakt og handler om hva som styrer de forskjellige funksjoner – bevisst eller ubevisst.

Kapitlet «om å bli venn med ryggen» inneholder mye kontroversielt. Han skriver at det ikke er vitenskapelige bevis for at «ryggskoler» har noen særlig effekt verken som behandling eller som forebygging. Imidlertid inneholder dette kapitlet mye nyttig for tannleger. Det vesentligste budskap er at vi skal unngå statisk belastning,

og at kroppsstillingen skal varieres. Det betyr at man ikke skal sitte i en låst stilling dagen lang. Det finnes ikke en bestemt god sittestilling. Det finnes ingen holdepunkter for at «balansestoler» har en gunstigere innvirkning på ryggproblemer enn vanlige stoler. En god sittestilling er en stilling som kjennes behagelig, og den stolen du selv synes er god å sitte i, er den rette for deg. Det vesentlige budskap er: Sitt ikke stille for lenge av gangen, beveg deg.

Avslutningen er en tankevekker: Kast ikke bort penger på behandlinger som kun gir kortvarig eller ingen lindring. Bruk heller penger på noe hyggelig.

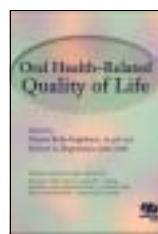
Tannleger har et fysisk belastende yrke og mange har problemer med rygg og nakke. Boken er lettlest og interessant. Dogmer og myter står for fall hvis Indahl har rett. Les boken og kanskje blir du venn med ryggen din.

Mikkel Kardel

Rakkestad: Valdisholm forlag as; 2003. 96 sider, 24 illustrasjoner.

Marita Rohr Inglehart og Robert A.

Bagramian:

**Oral Health-Related Quality of Life**

**D**ette er en av de få tilfellene hvor en finner at boken fullt ut holder hva forord og introduksjon lover. Det som loves er en allsidig presentasjon av konseptet «livskvalitet» i forhold til oral helse. Temaet behandles forskningsbasert og samtidig spennende av en rekke vel kvalifiserte forfattere med kompetanse som dekker hele det odontologiske registeret. I tillegg er det interessante bidrag fra medarbeidere med bakgrunn i psykologi, informasjonsteknologi, sykepleievitenskap, offentlig helsetjeneste og sosiologi, alle med et odontologisk fokus som gir en følelse av å være på kjent grunn.

Ønsket om bedret livskvalitet fra pasientens side har fra langt tilbake vært en viktig drivkraft for å søke tannbehandling. Utviklingen innen teknologi og forskning har imidlertid bidratt til å profesjonalisere både oral og generell helse inkludert diagnostikk og behandlingsplanlegging. Denne boken er et meget viktig bidrag til å bringe oral helse tilbake til den som eier problemene, nemlig pasienten og hans/

hennes oppfatning av hva som er gagnlig i lys av bedret livskvalitet.

Boken er et resultat av en tverrfaglig konferanse om betydningen av oral helse arrangert ved University of Michigan i Ann Arbor våren 2000. I bokens forord understrekes det at for å oppnå et mer balansert syn på forebyggende tiltak og vanlig tannbehandling må en fokusere mer på folks oppfatninger og prioriteringer. Det er nettopp det boken bidrar med gjennom en rekke meget velskrevne kapitler.

Boken henvender seg til både studenter, lærere og praktiserende tannleger som søker en bredere forståelse av betydningen av oral helse og samtidig et mer pasientrettet grunnlag for behandling. Boken har kvaliteter som skiller den klart fra mengden av markedsføring av all verdens tekniske løsninger på orale problemer. Det er spesielt hyggelig å se at forlaget Quintessence er ansvarlig utgiver, et forlag som tradisjonelt har fokusert mye på nettopp tekniske løsninger. Dette er en bok til å bli klok av.

Harald M. Eriksen

Chicago: Quintessence Publishing Co; 2002

Anders Hugoson, Göran Koch och Sylvia Johansson:

**Konsensuskonferens. Oral hälsa**

**B**oken er en redigert rapport fra en konsensuskonferanse om «Oral Hälsa», arrangert av og ved «Odontologiska Institutionen» i Jönköping i november 2002. Alle de nordiske landene var representert blant konferansedeltakerne, men med en klar overvekt av svenske fagfolk.

Bokens innledningskapittel om sykdomsforståelse og definisjoner av sykdom er skrevet av professor Lennart Nordenfelt, en internasjonalt kjent kapasitet innen medisinsk filosofi. Kapitlet er en spennende introduksjon til temaet «Oral hälsa». Boken lever imidlertid bare glimtvis opp til perspektivene i denne innledningen.

De første 2/3 av boken dekker det en på svensk kaller en «nulägesbeskrivning», en relativt tradisjonell presentasjon av svensk oral sykdomsstatistikk med noen tanker rundt mulige forklarende faktorer. Den siste delen av boken har noen kapitler med