

## Dårlig gjennomarbeidet

Danielle Wright & Tore C. Stiles | **Psykologisk ryggsmertebehandling En utredningsguide**, *Tapir Akademisk Forlag*, 2011. 103 sider.



En av fire nordmenn rapporterer langvarige smerter, og uspesifikke rygg smerter utgjør en av de vanligste smerteplagene. Rygg smerter har store konsekvenser både for den enkelte som rammes, og for samfunnsøkonomien i form av sykefravær, bruk av helsetjenester og trygdeutgifter. Det er stort behov for å bevisstgjøre helsepersonell og folk flest om det kompliserte samspillet mellom ulike faktorer som påvirker og vedlikeholder smerte og gjør det til et kronisk problem. En bok med mål om å øke kunnskap hos psykologer og annet helsepersonell om hensiktsmessig utredning og behandling ønskes derfor velkommen.



**RYGGVONDT:** – Jeg savner en grundigere beskrivelse av mindfulness anvendt i behandling av kroniske smertetilstander, skriver Linn-Heidi Lunde.

Foto: Flickr.com

Som psykolog med erfaring både fra klinisk arbeid med og forskning på kroniske smertetilstander ble jeg skuffet da jeg fikk boken i hendene. Tittelen er tung og forsideillustrasjonen kjedelig. Dessverre er dette noe som gjennomgående preger boken, som bare er på 103 sider. Smerte er et komplisert fenomen, og det er nødvendig å formidle kunnskap på en konkret og forståelig måte. I denne boken gjøres kunnskapen mindre tilgjengelig med lange, kompliserte setninger som tidvis virker direkte oversatt fra engelsk. En del vanskelige begreper blir ikke definert nærmere. Det er som om forfatterne har hatt dårlig tid. En kan undre seg over om boken i det hele tatt har gjennomgått språkvask eller er blitt lest av konsulent.

*Som psykolog med erfaring både fra klinisk arbeid med og forskning på kroniske smertetilstander ble jeg skuffet da jeg fikk boken i hendene*

Når det er sagt, så er det lite å si på selve budskapet i boken. Forfatterne tar utgangspunkt i den biopsykososiale smertemodellen. De beskriver sentrale biologiske og medisinske, så vel som psykologiske og sosiale faktorer som påvirker smerteopplevelsen og bidrar til kronifisering. Viktige

elementer i utredning og behandling av rygg smerter fremheves, og boken synes oppdatert når det gjelder nyere forskning. Unntaket er avsnittet om mindfulness i bokens kapittel 11, som omhandler bevissthetskontroll. Jeg savner en grundigere beskrivelse av mindfulness anvendt i behandling av kroniske smertetilstander, samt henvisning til nyere forskning om effekten av en slik tilnærming.

Bruk av kasuistikker til de ulike temaene og kapitlene kunne gjort stoffet mer tilgjengelig. I stedet har forfatterne valgt å vise til et kasus som er plassert helt til slutt i oppsummeringskapittelet. For meg blir det en tungvint måte å gjøre det på, og noe som ikke akkurat øker lesbarheten. Slik jeg ser det, er det en fordel med en viss grunnkunnskap om smerte for å ha fullt utbytte av denne boken.

Anmeldt av Linn-Heidi Lunde, psykologspesialist Helse Bergen og førsteamanuensis i klinisk psykologi, Universitetet i Bergen