

Oversiktlig om forsømt pasientgruppe

Boken er et kjærkomment tilskudd på veien til et behandlingstilbud for mennesker med overspisingslidelse. Her trenger vi å mobilisere.

ANMELDT AV

Hedvig Aasen

PUBLISERT **30. juni 2023**

EMNER

overspisingslidelse

spiseforsyrrelser

Behandling



BOK *BED - en lærebog om Binge Eating Disorder* **FORFATTERE**

Birgitte Hartvig Schousboe, Loa Clausen og René Klinkby Støving

ÅR 2021 **FORLAG** Hans Reitzels

Forlag **SIDER** 166

Som kliniker i spiseforstyrrelsesfeltet er det fint å se et økende tilfang av skandinavisk litteratur om mennesker med overspisingslidelse (Binge Eating Disorder, BED). Dette er en gruppe pasienter med et hjelpebehov som vi i dag ikke er i nærheten av å kunne møte på en tilfredsstillende måte. Med innføringen av ICD-11 og forestående revisjon av Helsedirektoratets prioriteringsveileder ligger det heldigvis an til at dette skal endres.

Denne danske læreboken er en nyttig innføring til sentrale problemstillinger i behandlingen av overspisingslidelse.

Nyttig eksternalisering

Boken er oppbygd forholdsvis tradisjonelt og starter med diagnostisk beskrivelse, forekomst og sammenligning av BED og bulimi. Videre følger en beskrivelse av fire vanlige teorier om etiologi, fulgt av gode refleksjoner om differensialdiagnostikk og komorbiditet.

I kapittel fire presenteres anbefalte terapeutiske retninger for behandling av overspisingslidelse. Tre retninger som kan betegnes evidensbaserte i behandling av BED blir beskrevet; kognitiv atferdsterapi, dialektisk atferdsterapi og interpersonlig psykoterapi. Man anbefaler med BED-pasienter, som ellers i spiseforstyrrelsesfeltet, å jobbe i flere spor samtidig; psykologisk, fysiologisk og sosialt. Videre gis en beskrivelse av konkrete og sentrale metoder i spiseforstyrrelsesfeltet som er relevante. Jeg opplever for eksempel beskrivelsen av eksternalisering som erfaringsnær og presist formulert: «Eksternaliserende samtaler går i al sin enkelhet ut på at tale om problemet som noget, der er adskilt fra personen». Og videre: «Det er (...) viktig å undgå en ensidig fokusering på kamp-metaforen, idet den begrænser vores forståelse og begrænser mangfoldigheden i problemløsningen. Eksternalisering kan med gavn bruges til at nuancere og undersøge både problemets positive og negative indflydelse.»

Boken inneholder også et kortfattet kapittel om BED hos barn og unge. Forfatterne peker på at dette er et felt der det er behov for mer forskning og klinisk kunnskap, hvor det ikke finnes noe spesifikt behandlingstilbud i Danmark. Inntil videre må man derfor i stor grad bygge på eksisterende kunnskap om behandling av andre spiseforstyrrelser. Blant annet antas foreldreinvolvering å være avgjørende, samt her-og-nå-fokus med konkrete mål og oppgaver.

Stolpegårdsmodellen

Leseren får et godt inntrykk av hvordan viktige prinsipper kan omsettes til klinisk praksis i kapitlet hvor en behandlingsmodell fra København beskrives. Den såkalte Stolpegårdsmodellen ble opprettet i form av et prosjekt i 2003, og har dermed opparbeidet seg 20 års erfaring med voksne BED-pasienter. Det vises til gode resultater, men det er uklart hva som er behandlingens virksomme faktorer. Modellen er en variant av gruppeterapi og baserer seg på kognitive prinsipper samt systemisk og narrativ tilnærming. Det er verdt å merke seg forskning som tilsier at gruppeterapi gir bedre resultater enn individualterapi med hensyn til opphør av overspising. Jeg skulle i fortsettelsen gjerne sett mer informasjon om erfaring med behandling av BED og effektstudier, også fra andre steder i verden.

Motstridende behandlingshensyn

Avslutningsvis gir boken en gjennomgang av vekt og somatiske forhold. Overvekt, tilhørende følgetilstander og behandling er ofte viktige temaer for BED-pasienter.

Forfatterne beskriver tankevekkende motsetninger mellom de to fagfeltene overvektsbehandling og spiseforstyrrelsesbehandling. For eksempel mener de at fraværet av behandlingstilbud til barn og unge med BED vitner om at disse to leirene ikke har klart å møtes i en forståelse av årsaker, kjennetegn og behandlingsbehov. De peker også på hvordan vektreduserende tiltak med sitt søkelys på kost og kaloritelling kan ende opp med å forverre spiseforstyrrelsen hos enkelte, hvilket igjen kan bidra til å hindre vekttap. Tema som behovet for å redusere stigma knyttet til overvekt og jobbe med selvbildeproblematikk settes opp mot holdninger om viktigheten av normalvekt for god helse. Forfatterne oppfordrer til felles anstrengelse på tvers av fagfeltene, slik at personer med overspisingslidelse kan få virksom behandling.

BED er gjennomgående skrevet i et godt og lesbart språk, og poengene kommer tydelig frem. Så kan det hende at man siden vil kjenne behov for utdyping og rikere resonnementer enn det denne boken gir, særlig i den psykologiske forståelsen av tilstanden. Brukerstemmen kommer også lite frem og kunne med fordel vært viet mer plass. Først og fremst får vi her et utgangspunkt for å planlegge et rammeverk i arbeid med en ny pasientgruppe. Jeg mener i forlengelsen av dette at vi som samfunn og fagpersoner har et ansvar for å bidra til bedre tilgang og kvalitet på behandling for denne gruppen. Boken har tydeliggjort dette for meg, og jeg vil anbefale den til alle som trenger en god og forståelig oversikt over feltet. Her finnes mange gode ideer til utforming av behandlingstilbudet for mennesker med overspisingslidelse.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 60, nummer 7, 2023, side 460-461

ANMELDT AV

Hedvig Aasen