

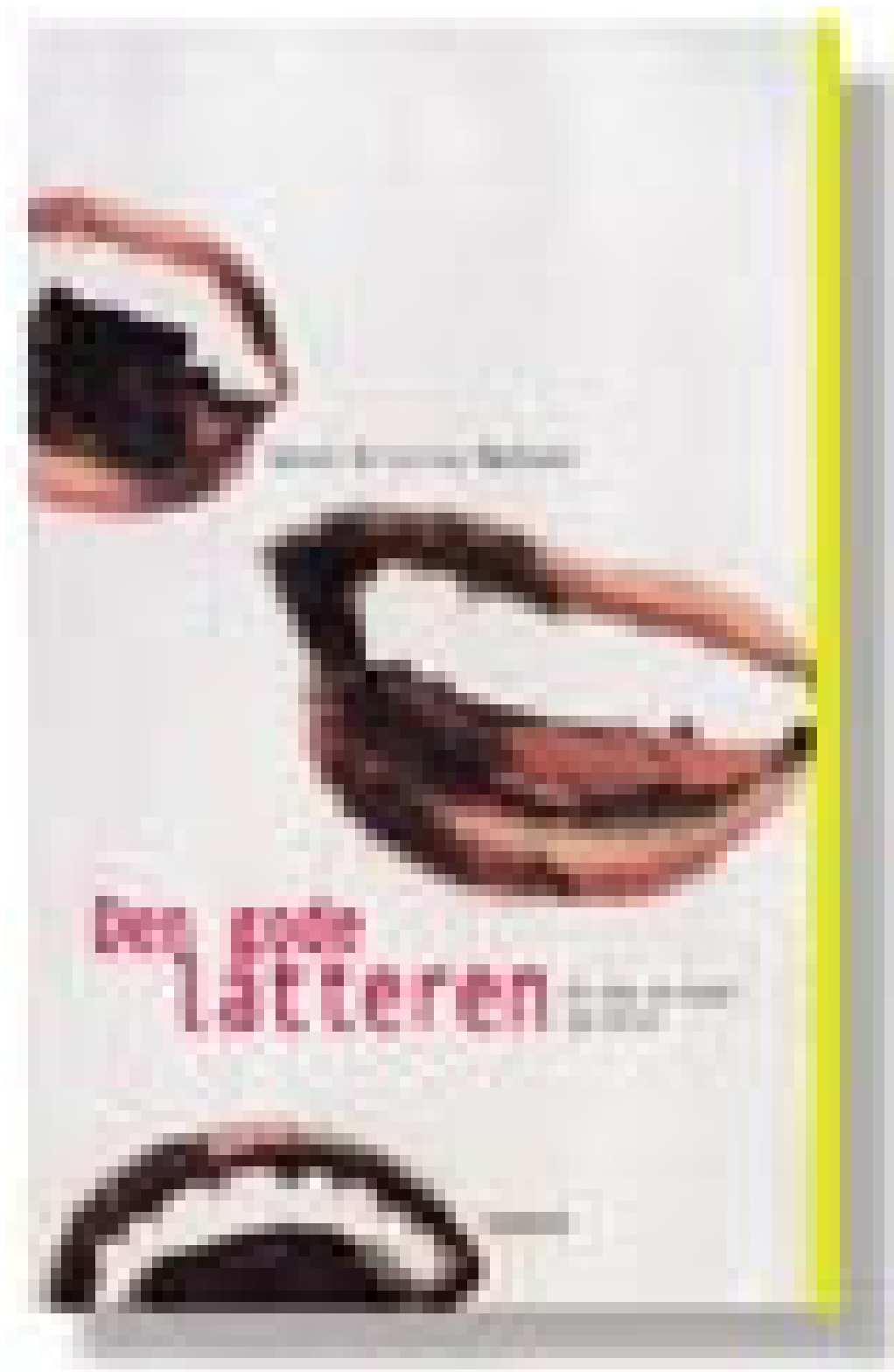
---

## Tabloid, men varmt om latter

---

BOKOVERSIKT

---



Denne boken har 23 kapitler fordelt på ca. 185 sider. Noen er på 3 – 4 sider, mens to kapitler er på omkring 15 sider hver. Forordet på sju sider er skrevet av Stein Tyrdal. Han redegjør til dels muntert om hvem i Norge som har bidratt til å fremme anerkjennelsen av humor i fagmedisinen.

Näslund har skrevet en hyggelig bok som balanserer på grensen til det tabloide. Den bærer videre myten om at Norman Cousins lo seg frisk. Selv var Cousins slett ikke sikker på at det var latteren som kurerte han fra Bekhterevs sykdom.

Det hevdes at latter demper smerte også etter en operasjon. Operasjonssår i bryst og mage er ikke unntatt! Men mange kan vitne om at latter ikke akkurat demper smertene fra et ferskt operasjonssår.

Det er et problem gjennom hele boken at skillet mellom sentrale begreper ikke artikuleres. Hvordan er forholdet mellom humor, sans for humor, latter, glede og lykke?

Humor- og latterterapi svelges også vel kritikkløst etter mitt skjønn. Her mangler det faktisk kontrollerte studier av definerbare helseeffekter.

En tanke er at vi ler ikke for å kunne tenke bedre, men at vi tenker bedre etter å ha ledd. Effekten av latter sies også å være avslappende, befridd fra angst og uro. Her glemmes det at enkelte latteranfall følges av en ettertanke om å ha vært taktløs eller å ha dummet seg ut. Sekvensen om humor og stress formidler forskning med et teoretisk og metodisk utgangspunkt. Men det rommer også et avsnitt om betydningen av å tenke positivt. Hva er relevansen til sans for humor? Det sies at latter aktiverer ". . . et bestemt sentrum i hjernen som har med positiv sinnsstemning å gjøre" (s. 48). Det sies også at latter "setter fart på" høyre hjernehalvdel og at vi dermed blir mer kreative! Er det så enkelt?

Min konklusjon er at boken er skrevet fra et varmt hjerte. Den er noe enkel i omgang med begreper og forskning. Den egner seg derfor kanskje bedre som en hyggelig bok på nattbordet enn som en fagbok.

---

SvenSvebak

Det medisinske fakultet

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Trondheim

---

Publisert: 30. mars 2001. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 10. juli 2026.