

---

## Lytt og lær!

---

### BOKOVERSIKT

---

Kronisk smerte er ikke bare et symptom, men en sykdom i seg selv. I boken *Må jeg leve med det?* forteller søskenparet Jóna Hafdis Einarsson (samfunnsviter) og Jónas Einarsson (lege) om egne erfaringer som ryggpasienter. Her forenes personlige opplevelser med betydelig innsikt. Boken kan trygt anbefales helsepersonell. Språket er enkelt og lettfattelig, og den vil derfor også være aktuell utover det medisinske miljø, ikke minst for smertepasienter.

I første del beskriver forfatterne nedslående erfaringer med norsk helsevesen, og hvordan «de objektive funn» gir prioritet, ja endog status. Løsningen for dem begge ble til slutt ryggoperasjon i et naboland. Historiene kan tenkes å gi enkelte lesere et ensidig inntrykk av at ryggoperasjon er løsningen. Samtidig utfordrer historiene oss til nytenkning og oppgjør med faglig dogmatisme.

I annen del gir forfatterne en balansert gjennomgang av fenomenet smerte så vel som smertebehandling. Spesielt kapitlene om lege-pasient-forhold og begrensningene i vitenskapsbasert kunnskap finner jeg verdifulle.

Boken gir tre viktige budskap:

- Det å bli trodd, selv når det ikke foreligger objektive funn, er avgjørende for den som skal leve med sine smerter
- Realistisk og sann pasientinformasjon må ikke frarøve pasienten håpet
- Endimensjonale merkelapper som «det er bare psykisk», gir ingen mening i forståelsen av kronisk smerte

Kapittelinnstillingen kan til tider virke uoversiktlig og fører til unødig gjentakelse. Illustrasjoner ville også ha vært til hjelp. Forfatterne har valgt å se bort fra nyere dokumentasjon av medikamentell behandling ved kronisk smerte, og det skilles heller ikke klart mellom kronisk (nociseptiv) og nevropatisk smerte. Boken er likevel et viktig bidrag når det gjelder å spre kunnskap og synliggjøre den kroniske smertepasient. Forfatterne har rett; det må være god legeskunst å lytte og lære av pasientene!

---

GunnvaldKvarstein

Smerteseksjonen

Anestesiavdelingen

Publisert: 30. oktober 2002. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 11. juli 2026.