
Oversiktlig om rehabilitering

ANMELDELSER

MARIANNE WESNES

Seksjonsoverlege, Rehabiliteringsklinikken
Helse Bergen



Margaretha Dramsdahl

Aktivt liv med kronisk helsesvikt

Rehabilitering. 234 s, tab, ill. Bergen: Fagbokforlaget, 2019. Pris NOK 359

ISBN 978-82-450-2294-0

Dette er en lærebok som henvender seg til studenter og fagpersoner innen fysikalsk medisin og rehabilitering, men også pasienter og pårørende vil kunne ha utbytte av den. Erfaringer fra da forfatterens ektefelle var alvorlig syk, går igjen som en rød tråd gjennom boken, og forfatteren belyser dermed temaet både som lege og som pårørende.

Boken består av fem kapitler og starter med en innføring i overordnede retningslinjer for rehabiliteringsfeltet og samhandling mellom første- og andrelinjehelsetjenesten. Med dette settes rehabilitering i en større

sammenheng. Deretter beskrives rehabilitering som en dynamisk og tverrfaglig prosess. Det blir lagt vekt på en god rehabiliteringsplan og koordinator, og det trekkes paralleller mellom rehabiliteringsprosessen og kvalitetsforbedringsmetodikk. I kapitlet «Det hele mennesket» blir utvalgte organsystemer med tilhørende funksjon gjennomgått, men det passer etter min oppfatning ikke helt til resten av boken. De neste kapitlene tar igjen opp sentrale temaer som resiliens (menneskets dynamiske konstruktive evne til å tilpasse seg alvorlige utfordringer) og sykdomsutvikling i en biopsykososial modell.

Siste kapittel er viet helsefremmende tiltak ved helsesvikt og dreier seg i stor grad om basale tiltak som vi alle vil ha nytte av. Betydningen av motivasjon i en rehabiliteringsprosess og ulike følelsesmessige reaksjoner på kronisk sykdom illustreres godt med ulike kasus, og kognitiv adferdsterapi presenteres som et nyttig verktøy for å endre uhensiktsmessige tanke- og atferdsmønstre.

Boken tar altså for seg mange aspekter ved funksjonstap i forbindelse med sykdom eller skade. Dramsdahl tar opp flere viktige momenter, bl.a. at alle faggrupper i helsetjenesten bør kjenne til rehabiliteringsprinsipper og at pasienten må bli involvert i prosessen, som skal starte så tidlig som mulig.

Boken er oversiktlig oppbygget og rikt illustrert med figurer, tabeller og faktabokser. Mange pasientkasus gjør det kjekt å lese. Boken gir en nyttig innføring i generelle rehabiliteringstiltak som kan øke funksjonsnivå, livskvalitet og egenmestring. Den omhandler derimot ikke spesialisert rehabilitering.

Boken kan anbefales til de fleste legespesialister, men kanskje særlig allmenn- og samfunnsmedisinere, i tillegg til leger i spesialisering i fysikalsk medisin og rehabilitering. Den vil også fungere godt som pensum for medisinstudenter.

Publisert: 13. januar 2020. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.19.0722
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 7. juli 2026.