
Inspirerende om slanking av medisinlister

ANMELDELSER

INGVILD HOLTAN-HARTWIG

Karasjok kommune

Ingvild Holtan-Hartwig er allmennlege i spesialisering (ALIS)

Pernille Bruusgaard

Mindre medisiner – mer omsorg

158 s., Gyldendal, 2025. Pris NOK 429

ISBN 9788205588059



Sykehjemslege Pernille Bruusgaard har gjennom en lang karriere stått i bresjen for å øke livskvaliteten til sykehjemsbeboere, blant annet ved å slanke medisinlistene deres. I denne boken deler hun sine erfaringer og beskriver sin egenutviklede metode for avmedisinering. Formålet er å redusere over- og feilmedisinering for å øke pasientenes livskvalitet og legge til rette for en trygg og verdig død.

Boken er hovedsakelig beregnet på leger og annet helsepersonell som jobber med pasienter som behandles med mange medisiner, men den er skrevet på en såpass forståelig måte at også andre kan ha glede av den. Med sine drøyt 150 sider er den lettlest og oversiktlig. Innbindingen er myk, og teksten brytes opp av tekstbokser med illustrerende kasuistikker som levendegjør lesingen.

Bruusgaards bok er kanskje liten og lettlest, men ikke desto mindre viktig. Med en aldrende befolkning som lever lenger med flere sykdommer, vil leger i alle spesialiteter stadig oftere møte pasienter med lange medisinlister. Å legge til medisiner er lett, å ta dem bort er langt vanskeligere. Bruusgaard minner oss på ting vi nok egentlig vet, men lett glemmer i en travelt hverdag der vi stadig skriver ut nye medisiner mot nye sykdommer, nemlig at det finnes lite god forskning på nytten av lange medisinlister til de eldste og sykeste blant oss.

Det finnes mange måter å «angripe» en for lang medisinliste på. Bruusgaards metode for avmedisinering fremstår som både praktisk og fornuftig, med pasientens livskvalitet som tydelig mål. Avmedisinering krever ikke bare kunnskap om farmakologi og andre medisinske fagfelt, men også klinisk erfaring. Sistnevnte tar tid å tilegne seg, men Bruusgaard deler så raust av sine erfaringer at boken oppleves som en aldri så liten snarvei.

Jeg tror særlig sykehjemsleger og fastleger har nytte av denne boken, men også leger i andre spesialiteter vil finne den interessant. Til neste opplag ønsker jeg meg en kortfattet oppsummering av Bruusgaards metode, slik at jeg kan printe den ut og henge den på kontoret.

Publisert: 5. november 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0608

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 11. juli 2026.