

Existentiella frågor hos äldre

Recenserad bok: Existentiella frågor hos äldre. En introduktion

Författare: Peter Strang

Förlag: Vårdförlaget, 2021

Om författaren

Peter Strang har arbetat som cancerläkare i 30 år och är sedan 1997 professor i Palliativ medicin. Han är redaktör och står för många artiklar i den första läroboken: Palliativ medicin och vård (Liber fjärde upplagan 2012). Han har också skrivit: Cancerrelaterad smärta, Onkologiska och palliativa aspekter (Studentlitteratur 2012) och tillsammans med Lisa Sand den första läroboken på svenska om existentiella frågor i sjukvården: När döden utmanar livet (NoK 2013).

En huvudfråga i Peter Strangs arbete med de svårt sjuka och döende patienterna har alltid varit de existentiella frågorna. Förutom att han handlett ett flertal doktorander till avhandling har han skrivit flera tankeböcker. Den första var: Livsglädjen och det djupa allvaret (NoK 2007), sedan kom: Att höra till. Om ensamhet och gemenskap (NoK 2014) och Så länge vi lever (Libris 2017). Sedan skrev han en existentiell roman: I skuggan av sommaren (Libris 2017) och senaste tankeboken tillsammans med Owe Wikström: Den ofrånkomliga gåtan. Om döden och frågorna inför livets slut (Libris 2019)

Om innehållet

Utgångspunkten nu är som ofta tidigare de fyra stora frågorna i livet, som Irvin Yalom tidigare formulerade i sin mycket kända bok *Existential Psychotherapy: Frihet, Meningen, Ensamhet och Döden*. Strangs bok är mycket lättläst, med korta avsnitt och enkelt språk, men ändå mycket innehållsrik. Ett antal undersköterskor och sjuksköterskor har lämnat synpunkter för att boken skall kunna användas av den personal som närmast finns runt den svårt sjuke inom sjukvård och äldreomsorg. I många avsnitt finns frågor om reflektion mellan personalen och frågor om självreflektion. Frågorna tydliggörs ofta med patientcitat där man inte kan avslöja patienten men innehållet är sant.

Friheten- människans val och ansvar som existentiell utmaning.

Människan är naturligtvis inte totalt fri att välja allt i sitt liv, men många val görs ändå. Ibland blir det fel och brutna relationer som mot slutet av livet ger skuld känslor. Här beskrivs vad då personalen ibland kan göra. I kapitlet beskrivs fyra former av skuld, reell skuld, neurotisk skuld, existentiell skuld och religiös skuld.

Mening och meningslöshet hos den äldre personen

Det här är det mest omfattande kapitlet. Vi behöver mening i våra liv. Strang hänvisar en hel del i alla avsnitt till viktiga filosofer och författare. Det här är viktig kunskap. Viktor Frankl beskriver här tre huvudkällor till mening. 1. Det vi ger till andra och till världen. 2. Det vi får av andra och av världen, upplevelsevärden. 3. Vår egen inställning till det som sker. Gemenskap är en viktig orsak för att vi skall känna mening. Ett viktigt avsnitt handlar om hur den svårt sjuke ändå kan fortsätta ha gemenskap med anhöriga och andra på boendet. Personalen kan också bidra till en vardag som kan ge inslag av mening.

Existentiell ensamhet

Trots gemenskap finns det hos varje människa inslag av en existentiell ensamhet. Drabbas man av en svår sjukdom kan man känna sig som i en glaskupa trots familj och vänner runt omkring. Ingen kan riktigt förstå hur man känner det. Vi föds ensamma och vi dör ensamma.

Döden

En dag skall vi dö. Vi väljer därför olika förhållningssätt till döden som beskrivs i boken. Här tas också dödsångestens komponenter upp vid döendet, dödsögonblicket och att vara död. Hur kan man i vården stödja den döende?

Existentiell kris vid demens

Ett viktigt område som sällan har tagits upp är den existentiella ångest som drabbar dementa när de inte längre känner igen sig själva. Den existentiella ångesten drabbar också anhöriga. Här belyser boken viktiga frågor. Det kan ofta bli en rastlöshet som kan lindras med musik, taktil massage, göra gamla saker och uppleva andaktstunder. När den demente inte känner igen sina anhöriga kan personalen på boendet bli mycket viktiga. Närstående drabbas ofta av svåra frågor. Först kommer en sorg när den sjuke inte längre känner igen en (Den första döden). Sedan kommer en ny sorg när den sjuke till slut avlider (Den andra döden).

Avslutningsvis- några personliga reflektioner

Många som arbetar inom sjukvård och äldreomsorg gör fantastiska insatser. Men sjukvården har ofta blivit så teknisk och slimmad och den kommunala äldreomsorgen har tilldelats för lite pengar för personal och utbildning, då kan man se den här läroboken som ett enkelt försök till bättre vård.

Även om boken är lättläst och välskriven så skall man ha klart för sig att den

är lika viktig för läkare, som också behöver fundera över existentiella frågor hos patienter men också hos sig själva. Även om boken är inriktad på existentiella frågorna hos äldre så har alla, även unga människor nytta av att fundera på: Friheten , Meningen, Ensamheten och Döden.

Lars Albinsson
Ph.D., M.D. Specialist i psykiatri