

Preventiv medicin. Teori och praktik

Kristina Orth-Gomér & Aleksander Perski (red)
2:a utökad upplaga. Lund : Studentlitteratur AB, 2008

I ett samhälle med krympt sjukvårds-ekonomi, individens utsatthet och sårbarhet för att drabbas av kronisk sjukdom är den återkommande frågan hur det är möjligt att förebygga sjukdom och att främja hälsa - och är det också lönsamt?

Förväntan var stor när jag greppade denna bok för att få svar av landets experter på området. Tjugonio experter, i olika verksamheter och professioner presenterar i denna bok sina samlade kunskaper och erfarenheter hur vi kan begränsa och tygla de stora folksjukdomarna. Författarna, som är både aktiva forskare, praktiker och ledande pionjärer inom sina olika verksamheter, presenterar sina erfarenheter där prevention har kommit att få en allt större betydelse. Bokens ansats med författare från olika verksamheter tydliggör att det preventiva arbetet kräver en gränsöverskridande och multidisciplinär ansats, där medicin, epidemiologi, statistik, ekonomi, sociologi, psykologi och andra vetenskaper samverkar.

I denna nya upplaga av preventiv medicin har man valt att fokusera på möjligheter och metoder för att förebygga vanligt förekommande livsstilsrelaterade folksjukdomar. Boken inleds med en teoretisk bakgrund och problematisering av det preventiva folkhälsoarbetet. Därefter är boken

indelad i fyra avsnitt; om påverkan av livsstil, om påverkansmöjligheter, om konkret förebyggande av de stora folksjukdomarna samt om utvärdering av effekterna. Preventiva ansatser beskrivs både på ett individbaserat och på ett samhällsbaserat plan.

I avsnittet om livsstilsfaktorer och deras påverkbarhet ges detaljerade beskrivningar av praktiska metoder och tydliga och konkreta möjligheter till prevention. Här behandlas tobaksprevention, alkoholanvändning och alkoholprevention. Här beskrivs också hur kost och motionsvanor kan påverkas. Avslutningsvis ges också en beskrivning av stressrelaterade livsproblem och stresshantering, sömnstörningar och prevention av sömnbesvär.

Avsnittet om påverkansmöjligheter börjar med ett mycket intressant kapitel med fokus på de individuella förutsättningar och betingelser som spelar mycket stor roll för att livsstilsförändringar skall bli framgångsrika. Därefter ett avsnitt om det preventiva arbetet på organisationsnivå som här diskuteras utifrån ett psykosocialt perspektiv; med fokus på hur olika psykosociala belastningsfaktorer påverkar hälsoutfallet och vilka organisatoriska förändringar som pågår i det moderna arbetslivet. I avsnittet om samhällsbaserad prevention får läsaren ta del av ett framgångsrikt

preventionsprojekt i lokalsamhället Norsjö. Avsnittet om påverkansmöjligheter avslutas med en diskussion om den potentiella hälsobefrämjande effekten av stödjande sociala nätverk och medmänskliga relationer och hur det sociala och medmänskliga stödet kan stärkas och förbättras för att öka livskvalitet och förebygga sjuklighet.

Så följer avsnittet av våra vanligaste folksjukdomar. Avsnittet inleds med en översikt om medicinsk prevention av diabetes och hjärt-kärlsjukdomar. Därefter ges en översikt över hjärt - kärl sjukdomar hos kvinnor; strategiska modeller för helhetssyn och riskbedömning. Vidare diskuteras betydelsen av ett individ och miljöperspektiv på arbete, familj och stress för kvinnor och män. Preventiv medicin presenterar sedan ett avsnitt om cancersjukdomar- riskfaktorer och preventionsmöjligheter. Avslutningsvis beskrivs metoder för att förebygga sjukdomar som ger smärta i muskler och skelett samt vilka möjligheter vi har att förebygga psykisk ohälsa.

Det avslutande avsnittet i preventiv medicin fokuserar på utvärdering av prevention. Ett område som borde getts större utrymme i denna bok. Med ständigt krympande resurser för hälso och sjukvården är hälsoekonomiska aspekter och analyser ständigt aktuella och mycket centrala.

Sammanfattningsvis; preventiv medicin har ett brett register, boken behandlar skilda områden från tobaksbruk, alkoholanvändning, matvanor, motion och sömn, över stressrelate-

rade livsproblem till en diskussion om våra vanligaste folksjukdomar som hjärt kärlsjukdomar, diabetes, cancer och olika tillstånd av psykisk ohälsa med syftet att visa på hur vi kan påverka genom konsekvent prevention och hur vi kan utvärdera de förebyggande insatserna.

Bokens breda ansats blir emellertid också dess problem. Problemet med preventiv medicin är att den vill greppa över ett brett folkhälsovetenskapligt fält och perspektiv vilket gör att de olika avsnitten emellanåt upplevs alltför översiktliga. Som läsare efterlyser jag ibland en djupdykning i problematiken. Rikligt med referenser till de olika avsnitten möjliggör självklart en fördjupning för läsaren. Boken preventiv medicin ger en bred blick och perspektiv på huruvida det är möjligt att förebygga sjukdom och att främja hälsa. Om det också är lönsamt ?

Boken riktar sig till studerande inom medicin, folkhälso- och vårdvetenskaper men även till praktiskt verksamma inom vården. Även aktörer och organisationer utanför vårdapparaten med förebyggande och hälsofrämjande arbete på sitt program är en målgrupp. Boken har dessutom ett omfångsrikt sakregister vilket gör att den med fördel kan användas som uppslagsverk.

Annette Sverker

Med Dr / PhD.

Avdelningen för Samhällsmedicin
och Folkhälsa.

Socialmedicin.

Sahlgrenska akademien

Göteborgs Universitet