



(/users/jette-s-f-holst)

Af **Jette S. F. Holst**
(/users/jette-s-f-holst)

Skribent
06 Dec.13

ANMELDELSE

DET HANDLER IKKE OM LYKKE AF SIGNE KIERKEGAARD CAIN (/ANMELDELSER/DET-HANDLER-IKKE-OM-LYKKE-AF-SIGNE-KIERKEGAARD-CAIN)

Facebook ([http://www.facebook.com/share.php?](http://www.facebook.com/share.php?u=http://litteratursiden.dk/anmeldelser/det-handler-ikke-om-lykke-af-signe-kierkegaard-cain&title=Det%20handler%20ikke%20om%20lykke%20af%20signe%20kierkegaard%20cain)

Tweet ([https://twitter.com/intent/tweet?](https://twitter.com/intent/tweet?url=http://litteratursiden.dk/anmeldelser/det-handler-ikke-om-lykke-af-signe-kierkegaard-cain&status=Det%20handler%20ikke%20om%20lykke%20af%20signe%20kierkegaard%20cain)

u=<http://litteratursiden.dk/anmeldelser/det-handler-ikke-om-lykke-af-signe-kierkegaard-cain>&title=Det handler ikke

url=<http://litteratursiden.dk/anmeldelser/det-handler-ikke-om-lykke-af-signe-kierkegaard-cain>&status=Det handler ikke om lykke af Signe Kierkegaard

Log ind (</user/login?destination=/boeger/det-handler-ikke-om-lykke-af-signe-kierkegaard-cain>) eller opret en konto (</user/register?destination=/boeger/det-handler-ikke-om-lykke-af-signe-kierkegaard-cain>) for at skrive kommentarer





Velresearchet, velskrevet og sober debatbog om et emne, som for mange stadig er tabubelagt. Absolut en bog man bør læse, også selvom man ikke har førstehåndskendskab til psykiske problemer.



Lykkepiller er den populære samlebetegnelse for antidepressiv medicin, og i 'Det handler ikke om lykke' ser Signe Kierkegaard Cain nærmere på brugen af disse. Cain har selv brugt antidepressiv medicin gennem flere år og ad flere ombæring, og bogen tager udgangspunkt i hendes egne erfaringer samt en række personlige beretninger fra patienter blandet med interviews med fagfolk og undersøgelser fra medicinalindustrien og sundhedsstyrelsen.

Som titlen understreger, handler brugen af antidepressiv medicin ikke om at blive lykkelig. Det handler snarere om at kunne fungere i en almindelig hverdag. Cain beskriver, hvordan forskellige læger udskriver forskellig medicin og i forskellige mængder, hvordan nogle får tilbudt psykologhjælp, mens andre får at vide, at de skal motionere. Samtidig har omgivelserne en forventning om, at medicinen virker fra første pille, og at man så er "rask". Men sådan er det ikke. Langt de fleste mennesker, som tager medicinen, vil allerhelst være fri for det. Dels på grund af bivirkningerne, men også fordi de fleste føler det som en form for nederlag at være nødt til at tage medicin. Mange har en tanke om, at man bare skal tage sig sammen, men virkeligheden er desværre ikke altid så nem:

"Som patient står man i en lidt paradoksal situation, når man skal tage beslutningen om at starte på antidepressiv medicin eller ej. På den ene side har man mange lidelsesfæller og behøver ikke at føle sig socialt suspekt, fordi man tager medicin for sit sind. På den anden side bliver det netop nemt at føle sig lidt suspekt, når så mange mennesker trods alt tager medicinen, og man derfor nogle gange er under mistanke – om ikke andet sin egen – for bare at være en pivskid."

Cain gør meget ud af at beskrive de forskellige bivirkninger, der kan være forbundet med antidepressiv medicin, ligesom hun gør opmærksom på, at ikke alle får bivirkninger, ligesom ikke alle har gavn af medicinen. Undersøgelser viser, at patienter med lette depressioner har mere gavn af terapi, mens patienter med svære depressioner har størst gavn af medicinen. En blanding af terapi og medicin kan også være gavnlige for både moderate og svære depressioner, men det kan være meget vanskeligt at blive henvist til en psykiater eller psykolog.

Sidst i bogen samler Cain op i et efterskrift. Her skriver hun blandt andet, at kampen for afstigmatisering af psykiske sygdomme ofte bliver til et forsvar for antidepressiv medicin, men det er ikke hendes mening her. For selvom der skal gøres op med fordommene omkring depression, angst og andre psykiske lidelser, så de bliver taget ligeså alvorligt som fysiske lidelser, så er det også nødvendigt at diskutere de problemer, der er med antidepressiv medicin. Det hjælper ingen at fejle bivirkninger med mere under gulvtæppet.

'Det handler ikke om lykke' er en velresearchet, velskrevet og sober debatbog om et emne, som for mange stadig er omkranset af tabu. Cain spørger både tilhængere og skeptikere af medicinen og lader det være op til læseren selv at bedømme, hvem man stoler mest på. Jeg blev især slået af, hvor svært de personer, Cain interviewer, har det med deres medicin. Selv når den hjælper, drømmer de hele tiden om at stoppe igen, hvor en hjertepatient aldrig ville have samme tanker.

Absolut en bog man bør læse, også selvom man ikke nødvendigvis har førstehåndskendskab til psykiske problemer.



Bøger af Signe Kierkegaard Cain

