

ANMELDELSER



Tryk og glad babymave – enkel zoneterapi og akupressur som giver dit barn god fordøjelse uden mavesmerter

Af Katrine Birk
Rosinante
128 sider
Vejl. pris: 199,95 kr.

En glad unge, fyldte bleer og mere ro i familien, lover Katrine Birk på bagsiden af denne bog, der er en selvstændig udvidelse af Birks først bog 'Tryk og glad'. Et fantastisk udgangspunkt så jeg er spændt på, hvor tilgængeligt og forståeligt indholdet i bogen er. Som Katrine Birk indleder med, er den nyfødtes tarmsystem endnu ikke fuldt udviklet, og man kan opleve nogle problemer med maven. Bogen består af en kombination af zoneterapi og akupressur med udgangspunkt i Birks erfaringer med disse behandlingsformer. For den uerfarne læser er der et kapitel, hvor begreberne bliver afklaret, og man får en kort og let introduktion til hjemmebehandling. På den måde får man god forståelse for hvordan og hvor længe man kan behandle, men også hvordan maveproblemer hænger sammen med nervesystemet, og hvordan dette afhjælpes. Og beroligende er det, at zoneterapi/akupressur kan bestå i at kysse sit barn på hovedet. Det kan alle forældre da klare. Jeg kan nemt gå til punkterne med den enkle og overskuelige opsætning: Et sideopslag pr. punkt med en vejledningsguide og hurra! et foto af en nuttet babyfod med tydelig farveafmærkning af punktet. Jeg elsker, at der af og til dukker lidt bonusinfo op om,

hvordan et punkt kan gavne et ældre barn eller afhjælpe helt andre problemer som fx tandfrembrud. Jeg går straks i gang med at behandle min tumling, der har lidt forstoppelse og ikke kan sove. Og ja sandelig, en glad unge, fyldte bleer og ro samme nat. Tak Katrine Birk!
Jordemoderfagligt kan man anvende bogen i forbindelse med vejledning til familier, der oplever mave-tarmproblemer som kolik, reflux eller uro i ammeperioden. Dog finder jeg bogen særligt relevant for barnets overgang til fast føde, da det typisk er her, problemer opstår.

Anmelder Inge Wemmelund,
jordemoder



Samtalen om sex

Af Karina Kehlet Lins
Forlag Hans Reitzels forlag, 2018.
160 s., 250 kr.

Psykolog Karina Kehlet Lins har begået en fantastisk fagbog om, hvordan seksualitet i langt højere grad kan og bør løftes i en klinisk hverdag. I et lettilgængeligt sprog, med referencer til nyeste forskning og en god blanding af teori, praksiseksempler og refleksionsøvelser til læseren, tages der hul på et emne, som al forskning viser, tilsyneladende er lidt af en udfordring for sundhedspersonale: Samtalen om sex og seksualitet med patienterne. Seksuel sundhed er en vigtig del af livskvaliteten, en "raskhedsfaktor" som både kan være et udtryk for øvrigt helbred, men også kan medvirke til at styrke relationer og evner til at tackle

udfordringer i forbindelse med sygdom eller livsomvæltninger såsom graviditet og fødsel. 90 procent af danskerne mellem 16-95 år ser det som vigtigt at have et godt sexliv og undersøgelser af en række forskellige patientgrupper viser høj grad af åbenhed overfor, at sundhedspersonalet tager emnet op. Når dette ikke sker, skyldes det dels angst for at overtræde patientens grænser kombineret med en oplevelse af ikke at være fagligt klædt på til opgaven. Kehlet Lins formidler i bogen en all-round basisviden om den menneskelige seksualitet og dertil en række konkrete værktøjer og råd til, hvordan man som fagperson kan tage ansvaret for at integrere emnet i sin faglige praksis. Det er bogens store force, at den i modsætning til en del eksisterende litteratur om seksualitet har et normkritisk udgangspunkt. Køn og seksualitet tilgås som et bredt kontinuum, der kan have vidt forskellige udtryk og hvor intet derfor kan hævdes at være mere "naturligt" og "normalt" end andet. Dominerende samfundsdiskurser om sex, køn og relationer inddrages løbende i bogen, myter punkteres med forskning og viden, alt i en fordomsfri og inkluderende tone. Jordemødre beskæftiger sig dagligt med seksualitet, køn og kroppe, men sexologi fylder forsvindende lidt i uddannelsen. En master i sexologi om den sundhedsprofessionelles rolle i seksualiteten hos førstegangsførelse viste i 2017, at jordemoderen havde en vigtig rolle at spille heri, men at det kræver langt mere initiativ og styring fra jordemoderens side (Steig&Bjørnvig, 2017). 'Samtalen om sex' er dermed en særdeles relevant bog for jordemødre og får de varmeste anbefalinger for en stærk formidling af et overset emne.

Anmelder
Camilla Tved, jordemoder



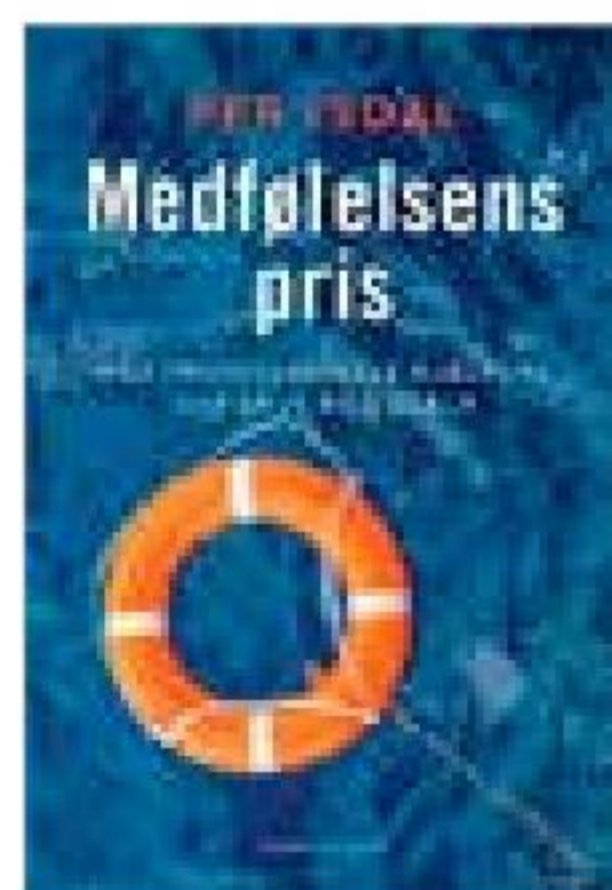
Fostrets og fødsels psykologi. Barndom og forældreskab begynder ved undfangelsen

Af Henrik Dybvad Larsen
Forlag: Pregnant Press
Omfang: 208 sider
Pris: 179,95 kr.

Tesen i denne bog er, at fostret allerede fra undfangelsen er i stand til at sanse og fornemme sindstilstande hos moderen og i familien omkring hende, og at disse forhold kan påvirke fostret i både positiv og negativ retning. Forfatteren tilstræber at belyse faktorer, der kan have indflydelse på prægningen og tilknytningen til fosteret allerede inden og under fødslen og at sandsynliggøre, hvordan psykologiske udfordringer i et individ kan tilbageføres til oplevelser i fostertilstanden eller under fødslen. Bogen er skrevet i et letlæseligt sprog, der ikke stiller krav til læserens faglige baggrund, og kan således læses af alle. Den er inddelt i overskuelige kapitler, der hver gennemgår en teoretisk vinkel, og derefter belyser denne med en casebeskrivelse fra forfatterens virke som psykoterapeut. De teoretiske gennemgange er interessante at læse, og giver et fint indblik i den historiske udvikling indenfor tilknytningsteoriene. Specielt kapitel 4 om epigenetik og transgenerationale påvirkninger fandt jeg berigende. Som læser finder jeg dog flere af de valgte cases mangelfulde i deres illustration af teorien. Forfatteren drager konklusioner ud fra antagelser og efterrationaliseringer, men sandsynliggør ikke fyldestgørende, hvorfor han mener, det er lige præcis fødslen

eller fostertilværelsen, der er afgørende for de psykologiske udfordringer, som hans patient arbejder med. I flere tilfælde beskriver han en lang række forhold i barndommen, der kunne være forstyrrende for tilknytningen, men vælger alligevel at konkludere ud fra enkeltstående begivenheder i den præ- eller perinatale periode. For en jordemoder er bogens tema et interessant emne, da vi jo jævnligt har at gøre med kvinder med store udfordringer i deres familieforhold, eller fysisk og psykisk voldsomme oplevelser under komplicerede fødsler. Og vi ved meget lidt om, hvordan det føles for børnene og om der er psykologiske "ar", der burde adresseres, selv hvis der ikke er nogen fysiologiske men. Spørgsmålet er blot, hvorledes vi kan anvende dette i praksis? Jeg synes, bogen balancerer på en tynd æg med fare for at påføre skam og skyld til de kvinder, der ikke kan levere ideelle følelsesmæssige og fysiologiske forhold i hele graviditet-, fødsel- og barselperioden. Og jeg finder bogen svær at anvende i en professionel kontekst, da den efterlader mig med for mange ubesvarede spørgsmål.

Anmelder Marie Sejrsgaard,
jordemoder og motorik pædagog



Medfølelsens pris

Af Per Isdal
Forlag: Akademisk Forlag
Omfang: 320 sider
Pris: 349,95 kr.

Som psykolog for mennesker, der udøver vold, bliver Per Isdal ofte mødt med spørgsmålet: Hvordan

kan du holde ud at arbejde med så forfærdelige ting? Han har lært sig at svare med overskud: At selvom det kan være hårdt, så er det både et spændende og meningsfuldt arbejde, som han holder af. Men efter elleve år som terapeut for mennesker, der begår vold og overgreb, indser Isdal, at hans arbejde påvirker ham mere, end han har givet udtryk for. Han begynder derfor at lede efter det ærlige svar og erkender, at han føler håbløshed og uro, ikke orker at omgås andre mennesker, og at han har lettere til gråd eller vredesudbrud end tidligere. Hans arbejde har forandret ham som menneske, og han skammer sig over at sidde derhjemme og se dårlige tv-programmer, når han har fri. Det er med udgangspunkt i egne personlige erfaringer og oplevelser, at Isdal i bogens første del ('Hvad gør vores arbejde ved os?') afdækker, hvilke belastningsreaktioner, der ofte følger med, når man er ansat som hjælper. Han supplerer med teoretisk viden på området og stiller jævnligt direkte spørgsmål til læseren, som giver anledning til refleksion over eget (arbejds)liv. Isdal formår at holde en normaliserende tilgang til belastningsreaktionerne samtidigt med, at alvoren ikke fornægtes. Det sker bl.a. gennem en grundig gennemgang af de mest brugte begreber på området ('sekundær traumatisering', 'vikarierende traumatisering' og 'compassion fatigue').

I bogens anden del ('Hvad kan vi gøre ved det?') gives forslag til, hvad man kan gøre for at hjælpe hjælperen, og det er henvendt både til kollegaen, lederen og hjælperen selv. To ting fremhæves: Erkendelse – at betragte belastningerne som en erhvervsrisiko, som vi alle udsættes for – og åbenhed – at bryde tabuet, skammen og isolationen, så hjælpere ikke skal kæmpe alene med symptomerne. Konkrete metoder som fx lejrbaalsmetoden, debriefing og 'omsorgsledelse'

gennemgås. Bogen er henvendt til alle hjælpere. Det er min erfaring, at man som jordemoder oftere får spørgsmål med en positiv forventning: Er det ikke fantastisk at være jordemoder?, end Isdal og hans kolleger oplever. Til gengæld har vi måske samme tendens til at komme med et poleret svar. Vi tillader os højst at ytre, at vi er belastede i vores arbejde grundet de ringe normeringer og det høje arbejdstempo. Men det ærlige svar er, at også vores arbejde udgør en erhvervsrisiko for belastningsreaktioner, selv under de bedste betingelser. Medfølelse har en pris, og Isdals bog kan anbefales til jordemødre og studerende, der ønsker en stund med eftertanke og måske øget selvindsigt. Hvis man er leder for fødselshjælper – ja, så vil jeg mene, at det er obligatorisk læsning.

Anmelder Katja Schrøder,
jordemoder, ph.d, post doc



Fertilitet og fysioterapi – en guide til behandling og selvbehandling

Af Anne Marie Jensen
Forlaget Historia, 2018
Antal sider 143
Vejledende pris: 249,95 kr.

Bogen 'Fertilitet og fysioterapi' var for mig en helt ny måde at anskue fertilitet og fertilitetsbehandling. Den fortæller, hvorledes simple fysioterapeutiske metoder som massage, træning, laserbehandling eller motion kan optimere chancen for at blive gravid. Bogens forfatter, Anne Marie Jensen, er fysioterapeut, men har

undersøgt behandlingen af fertilitet gennem årtier i både Europa, Japan og USA. Hun fortæller med stor teoretisk viden, såvel som personlig interesse om sammenhængen mellem fysioterapi og frugtbarhed.

Grundtanken er, at en graviditet kan udeblive på grund af arvæv, smerter og spændinger i og omkring vores reproduktive organer. Derfor bør disse specifikke problematikker afhjælpes for at optimere frugtbarheden. Forfatteren tager ikke afstand fra den traditionelle medicinske fertilitetsbehandling, men anvender fysioterapeutiske metoder som et alternativ eller supplement hertil. Bogen fremlægger tre overordnede metoder til fertilitetsbehandling, Mojzisove metoden, Wurn metoden og laserterapi. Metoderne præsenteres med en fremlægnings af den bagvedliggende teori og forskning på området, samt forfatterens egne kliniske erfaringer med metoderne. Hun forholder sig objektivt videnskabeligt til den viden, hvilket giver bogen et klædeligt troværdigt og fagligt afsæt.

Bogen er både en fagbog, opslagsbog og selvhjælps/selvbehandlings bog. Afhængig af sin problematik kan man udvælge den metode, der passer hertil. Bogen er letforståelig og der er simple øvelser, som er vist med billeder.

Bogen giver en nuancering af fertilitetsbehandling i Danmark og henvender sig til folk, der ønsker at forbedre deres fertilitet, men er også interessant for sundhedsprofessionelle, der er i berøring med emnet.

Anmelder Fie Skat Hjørnet,
jordemoder og cand.scient.san