



Bokrecension:

Livsstil, kost och reumatoid artrit



Livsstil, kost och reumatoid artrit är en intressant bok där Lars Sköldstam binder samman sina kunskaper som läkare och person med ledgångsreumatism. Han beskriver sitt intresse för kost i allmänhet och hur den kan påverka personer med ledsjukdom. Och han räds inte att ha personliga åsikter om både kost och livsstil. Utifrån sitt sammansatta vetande drar han egna slutsatser och ger råd både om livsstil och kost, och hur var och en själv kan välja att ta till sig för att om möjligt påverka sin egen sjukdom.

Lars Sköldstam förklarar att de vetenskapliga koststudierna fortfarande ligger i sin linda, även om kunskapen under de 25 år som han följt ämnet utvecklats mycket. Ödmjukt inser han att ingen autoritärt kan uttala sig om kost, men att frågan om kost är mycket aktuell både för personer med reumatisk sjukdom, allmänhet och vårdgivare.

Boken är ett gott inlägg i debatten om kost som komplementär behandling vid reumatiska sjukdomar och teorierna är väl värda att begrunda och själv ta ställning till.

Text: Yvonne Enman