

Var gör det mest ont, i kroppen eller i själen?

Någonstans i förloppet kommer meningen med smärtan in. Det som vi kallar den existentiella eller andliga orsaken till att vi lider. Ännu har ingen lyckats finna svaret på dessa frågor. Oftast snuddar smärtlitteraturen endast vid ämnet.

Det finns många olika sorters smärtor. En del nödvändiga för att kroppen ska hinna reagera och undkomma en akut fara. Det klassiska exemplet är när någon lägger handen på den varma plattan. Om inte kroppen reagerade direkt skulle skadan blivit så mycket större. Kanske är smärtan priset vi måste betala för att mänskligheten ska överleva.

I boken "Tro på patienten" av Elisabeth Killander, finns många patientöden beskrivna. Även om det är en lärobok som ska ge en vägledning i läkemedelsbehandling vid cancer, handlar den också om bemötande och smärta. Där beskrivs hur viktig just empatin är från sjukvårdspersonalens sida både gentemot patienten, men också gentemot dennes anhöriga. Hur smärtsituation skiljer sig från fall till fall. Hur utsidan och en glattig attityd kan rymma en andliga och/eller existentiell smärta där rädslan för döden tar stor kraft, där brist på tro och framtidshopp gör tiden svårare än den skulle behöva vara. Där människan djupt inne i sin förtvivlan, trots ett ytligt sett stort nätverk, inte har någon att anförtro sina innersta känslor. Den andliga smärtan kan rymma egna skuldskänslor och i sin lyhördhet, sann eller inbillad, kan man ana ett klander i ord eller omgivning.

I Stefan Einhorn och Ralph Nisells bok "Ont i kroppen", har man berört ämnet lite mer ingående med motivering att det kan finnas en viss tröst i olika förklaringsmodeller. I boken jämför man olika religioner och konstaterar att skillnaderna kan verka stora mellan dem. Ändå enar

religionerna sig trots detta om att smärta och lidande kan ha en mening och att det ger människan ett ansvar för sitt eget liv, med eller utan smärtor.

I studier har man också kunnat visa att de människor som har en stark inre andlighet inte upplever sin smärta lika stark som människor utan en fast övertygelse.

En del filosofer och psykologer hävdar att lidande är en förutsättning för att vi ska mogna som människor och utvecklas. Kanske ger lidandet en ökad livsintensitet. Kanske är det variationerna i livet som ger dimensioner. Människan stävar efter att känna lycka, glädje och njutning. Motsatsen skulle då vara smärta och lidande. Kontrasterna är en del av livet självt och kanske det som ger ett meningsfullt liv.

– I princip tre saker kan hända med en människa som lider. Hon kan hämmas och brytas ned, vilket leder till att livskvaliteten sjunker. Eller så sker en anpassning, som får konsekvensen att livet mer eller mindre fortsätter i gamla hjulspår. Om lidandet upphör, drar hon en suck av lättnad och fortsätter i sin invanda tillvaro.

Den tredje möjligheten innebär att människan genomgår en inre mognadsprocess. Man kan säga att individen förvaltar lidandet och använder det till att växa, säger professor Stefan Einhorn.

Det är lite enklare att generellt tala om hur smärta påverkar människan men betydligt svårare att dra ner smärtan till en enskild individ. Som Stefan Einhorn och Ralph Nisell konstaterar är smärtan individuell för varje person och den går inte att förmedla. Den måste upplevas! Och den måste tas på allvar! Kanske är den viktigaste lärdomen just att smärta är subjektiv och att man måste ta hänsyn till hela människan för att få en god behandling av smärtproblemen.



Stefan Einhorn har tillsammans med Ralph Nisell skrivit boken "Ont i kroppen". Foto: Jacob Forsell

"Ont i Kroppen" är skriven för vanliga människor och den kan alla läsa och ha behållning av. Språket är lättförståeligt och det är enkelt att känna igen sig själv genom de olika patientberättelserna. Den ger en god bild av olika sorters smärta och hur den kan behandlas med hjälp av professionen och samtidigt ger den tips om hjälp till självhjälp. Boken skyggar inte heller för att sätta smärtan i ett större perspektiv av existentiella funderingar och historiskt sammanhang.

