



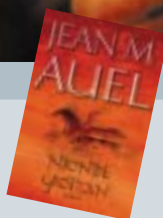
Dags för julklappsläsning

Jean M Auel

Stenåldersflickan Ayla

Det här är en romanserie om stenåldersflickan Ayla. Det finns fem böcker, den senaste heter Nionde grottan. Denna bok bör man sitta och läsa, för den har 757 sidor som gör det tungt att hålla i sängläge. Men det finns ju läsfätöljer som kan avlasta en trött kropp...

A-G. Bäckström



Katarina Mazetti

Grabben i graven bredvid

Relationer är ju ett stort kapitel och ett problem för många människor... Det är 54 kapitel, men dom är inte så långa vilket gör att det blir lättläst och man kan lägga den åt sidan en stund – om man inte är nyfiken då läser man i ett svep.

AnnaGreta Bäckström



Leif Davidsen

Paparazzons heder

Leif Davidsen har skrivit två spännande thrillers, den andras heter Den lejde mördaren. Riktiga sträckläsningsböcker.

Harriet Norberg



Henning Mankell

Labyrinten

Ett drama som uppvisar en skrämmande bild av det forna "Folkhemmet", där man ej vet vem eller vad man kan tro på.

A-G. Bäckström



Ge oss dina lästips - vinn böcker

Har du tips på bra böcker som du tycker att även andra ska läsa? Skicka in tipsen till oss, gärna med ett litet kort omdöme, så är du med i utlottningen av några av de böcker vi skriver om på dessa sidor

Adressen är den vanliga:

Reumatikertidningen, Box 12851, 112 98 Stockholm.
Märk gärna ditt brev eller vykort med "Läslustan".
Du kan också maila oss på brev@rnr.se.

Yngve Ryd
Snö

En helt annorlunda bok – Man "fångas" in i snöriket. Tänk att det finns så många språk i Sverige!

Irene Suomalainen



Trötthet och värk

Fibromyalgi och andra neruosomatiska sjukdomar

av Robert Olin, Rafael bokförlag

ISBN 91-973092-5-7

Cirka pris i bokhandeln 190 kr.



Detta är den senaste boken av Robert Olin som främst behandlar fibromyalgi, men också tar upp de så kallade "nya diagnoserna" såsom "kronisk trötthet", "posttraumatiskt stressyndrom", "amalgamöverkänslighet", "utbrändhet" m. fl. vars symptom delvis sammanfaller med fibromyalgisymptomen.

För den som tagit del av Olin's förra bok om fibromyalgi tillkommer här främst jämförelsen med de nya diagnoserna och den teoribildning han presenterar. Han menar att för stora mängder av sinnesintryck utifrån och även inifrån kroppen kan störa hjärnans förmåga att hantera dessa vilket i sin tur kan leda till felsignalering i hjärnans olika nerv-, hormon- och immunsystem. Detta skulle också vara förklaringen till det stora antal symptom som kan uppträda i samband med de nya diagnoserna. Denna s.k. sensitisering av hjärnan är ju också vetenskapligt belagt när det gäller smärta hos fibromyalgisjuka.

Olin tydliggör också allt vi inte vet om dessa nya diagnoser, vilket borde leda till stor ödmjukhet i det vårdssamhälle som gör anspråk på vetenskapligt baserad vård.

Jag tycker också att boken vederlägger förenklade psykosomatiska teorier. Våra medlemmar är väldigt trötta på att bli skickade till psyket för att få en diagnos. Däremot kan många behöva hjälp därifrån både pga en svår livssituation, men också pga hur sjukdomen kan påverka psyket, vilket också tas upp i boken.

Jämförelserna med magsår som tidigare ansågs psykiskt betingat, men som idag behandlas med antibiotika tror jag är skönt för många med fibromyalgi att få läsa.

Olin tar även upp förebyggande verksamhet och behandling. Det är viktigt, men här finns mer att säga om olika typer av behandlingar som utvecklats framför allt

från en helhetssyn på människan.

Jag saknar kanske tankar om hur vi når människor i olika förstadier till dessa diagnoser, och vikten av tidig behandling, som kanske kan bromsa eller tom vända utvecklingen av dessa sjukdomstillstånd. Det känns särskilt angeläget i dagens långtidssjukskrivna Sverige.

Sammanfattningsvis får vi vara tacksamma för att Olin såsom varande professor emeritus, dvs pensionerad, inte slår sig till ro, utan fortsätter att utmana det svenska vård- och forskarsamhället på ett område som idag faktiskt bidrar till hotet av den svenska ekonomiska utvecklingen och resurser till vården i allmänhet.

Jag har också bett några medlemmar läsa boken och de framhåller att det finns många bra upplysningar i boken för fibrofolk. Särskilt viktigt är det att få reda på ovanliga symptom som förekommer och varför. De menar också att man kanske inte förstår allt men det väsentliga går att ta till sig även utan medicinska förkunskaper. De vill också rekommendera boken till anhöriga. Sammanfattningen av förebyggande åtgärder och behandling i slutet av boken uppskattades också särskilt.

Att få läsa att Olin anser att fibromyalgi inte är en reumatisk sjukdom gillas dock inte, men man medger att det är vissa problem med att en del läkare tycks tro att fibromyalgi är inflammatorisk, vilket inte är fallet.

Både Världshälsoorganisationen WHO och Socialstyrelsen och Medicinska Forskningsrådet har placerat Fibromyalgi bland de reumatiska sjukdomarna. Om det blir någon förändring pga den framtida forskningen, så kommer vi givetvis att skriva om detta i tidningen.

Janne Bagge

Föräldrar med funktionshinder av Marie Gustavsson-Holmström

Allt fler personer med funktionshinder väljer idag att skaffa barn. hur bemöts de och vilka typer av hjälpbehov finns? Skiljer sig livet för dessa familjer från hur andra lever? boken visar att det mesta är möjligt.



Välfärdens ohälsa av Lars Wilsson

Här visas med exempel från modern och äldre forskning varför den västerländks kosthållningen leder till ohälsa. Många av dagens vedertagna uppfattningar ifrågasätts. Det här är ett pionjärbete.



Bo Zackrisson