

Af Gitte Søgaard,
Videnteamets sekretariat

Boganmeldelser

Angst

Denne lille bog om angst blev første gang udgivet af Psykiatrifonden i 1997. "Angst" har siden da opnået status som 'klassiker'. En klassiker, der nu 10 år senere er blevet gennemrevideret og opdateret med den nyeste viden inden for området.

"Angst" er fortsat en opslagsbog om angstsygdomme, årsager, behandling og forebyggelse. Bogens klare budskaber er, at angst kan behandles, at viden er altafgørende, da den er med til både at forebygge og behandle sygdommen, og at man med den rette behandling kan leve et godt liv. Formålet med bogen er i forlængelse heraf blandt andet at bidrage til at bryde den uvidenhed og det tabu, som angst er omgærdet af.

Det er, ifølge bogens forfattere, rigtig vigtigt at få spredt viden og information om angst ud i samfundet. Det er nemlig en sygdom, som mere end 350.000 danskere lider af, og som cirka dobbelt så mange vil komme til at opleve på et eller andet tidspunkt i livet. En sygdom, hvor det er vigtigt at få taget hånd om symptomerne hurtigst muligt.

Bogen beskriver kort, klart og meget brugervenligt, hvad angst er, og hvordan den behandles. Den beskriver, hvad man selv kan gøre, hvis man har angst eller er tæt på et menneske med angst, og den henvender sig dermed især til mennesker med angst og deres pårørende. "Angst" er særdeles overskuelig og let læst, og er skrevet af overlæge i psykiatri og PsykiatriFondens formand, Jes Gerlach, og professor i klinisk psykologi, Esben Hougaard.

"Angst" af Jes Gerlach og Esben Hougaard. Psykiatrifondens forlag 2007, 120 sider. Pris 130 kr.

Personlighedsforstyrrelser

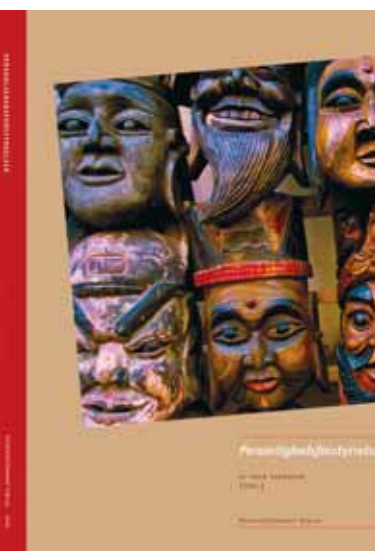
I medierne portrætteres personlighedsforstyrrede ofte som sædelighedsforbrydere og psykopater, men de typer udgør kun en lille del af gruppen. Mange mennesker med personlighedsforstyrrelser lever nemlig et stille liv med svære problemer. Alt i alt har omkring 12-15 % af befolkningen en personlighedsforstyrrelse, som ofte medfører problemer med uddannelse, sygemeldinger og tidlig førtidspension. De bliver ofte for sent eller slet ikke helbredt for psykiske sygdomme som angst, depression og spiseforstyrrelser. Personlighedsforstyrrede har desuden som gruppe en høj selvmordsrisiko, og de mest udsatte risikerer hjemløshed og lange institutionsophold; både som unge og voksne. De sociale og personlige omkostninger er dermed store både for de personlighedsforstyrrede og deres omgivelser. Derfor er det særdeles vigtigt at være opmærksom på, at folk med personlighedsforstyrrelser får den hjælp, de har brug for.

Bogen giver et indblik i de mange områder, hvor vores personlighed har betydning for psykiske sygdomme, herunder personlighedsforstyrrelser, samt hvilke behandlingsmuligheder, der rådes over i dag. Både personlighedsforstyrrelserne, deres årsager, symptomer og behandlingsmuligheder er beskrevet heri. Dertil stilles der i bogen spørgsmål, der kræver yderligere forskning, ligesom den kommer ind på moralske og etiske dilemmaer.

Resultatet er en omfangsrig og tyk bog, men hertil er det værd at bemærke, at den har en ordliste, og at kapitlerne er inddelt i tre hovedemner; personlighedens udvikling og biologi, personligheden bag psykisk sygdom og behandling af personlighedsforstyrrelser. Dette betyder, at bogen virker særdeles anvendelig. "Personlighedsforstyrrelser" er skrevet af en række af landets



"Angst" er fortsat en opslagsbog om angstsygdomme, årsager, behandling og forebyggelse.



"Personlighedsforstyrrelser" giver et indblik i de mange områder, hvor vores personlighed har betydning for psykiske sygdomme, herunder personlighedsforstyrrelser, samt hvilke behandlingsmuligheder, der rådes over i dag.

førende eksperter i personlighedsforstyrrelser, og den er redigeret af forskningslektor og overlæge, Erik Simonsen.

"Personlighedsforstyrrelser" af Erik Simonsen (red.) Psykiatrifondens Forlag, 2008. 444 sider. Pris 295 kr. + forsendelse.

Hjernen vil bedrages

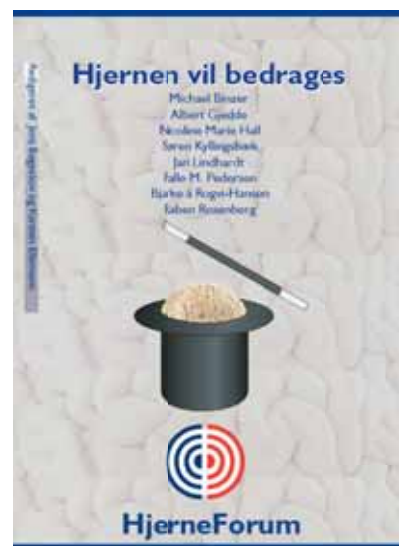
At hjernen vil bedrages er denne bogs omdrejningspunkt. Det synes at være noget af en påstand, men efter at have læst bogen giver det god mening. Et af hovedargumenterne er nemlig, at vi alle ville være handlingslammede, hvis vi forsøgte at analysere den enorme mængde af sanseindtryk, hjernen ubevidst modtager i vågne stunder.

Otte forfattere har på den baggrund givet hver deres interessante bidrag til emnet, og de beskriver med forskellige vinkler, hvad der sker i vores hjerne, når vi synes, den "spiller os et puds" – eller at den slet og ret bedrager os. Emnerne i bogen spænder derfor vidt. Blandt andet kommer bogen ind på, hvad der foregår, når folk hallucinationer og har vrangforestillinger, bedragerisk syn og hørelse, falske erindringer, når hjernen lammer sig selv, og når der opstår visuelle illusioner og perception. Endvidere er der et yderst interessant kapitel om religion og videnskab. Det er et kapitel, der adskiller sig fra de andre, men som alligevel virker relevant og vedkommende. Alt i alt synes "Hjernen vil bedrages" at give et fint indblik i, hvad hjerneforskere i dag ved om hjernens bedrag.

Bogen er interessant og tilgængelig for de fleste, da det er alment vedkommende og spændende emner, der bliver beskrevet, og fordi bogen er målrettet interesserede og ikke tænkt som en fagbog. Der er dog forskel på, hvor let tilgængelige de forskel-

lige kapitler er. Nogle kapitler kræver en vis forhåndsviden, da sproget her er mere teoretisk. Desuden har nogle kapitler flere eksempler og illustrationer end andre.

"Hjernen vil bedrages" af Jens Bøgeskov og Karsten Ellemann (red.). Hjerneforum, 2006, 88 sider. Pris 90 kr. + porto. Bogen kan bestilles på e-mail: hjerneforum@mail.tele.dk



"Hjernen vil bedrages". Det synes at være noget af en påstand, men efter at have læst bogen giver det god mening. Et af hovedargumenterne er nemlig, at vi alle ville være handlingslammede, hvis vi forsøgte at analysere den enorme mængde af sanseindtryk, hjernen ubevidst modtager i vågne stunder.