
Aktivitet og livsutfoldelse i høy alder

ANMELDELSER

ANNE RITA ØKSENGÅRD

Forskningsleder, Nasjonalforeningen for folkehelsen



Lisbet Bang

Gammal, likesom?

175s, ill. Larvik: Liv Forlag, 2017. Pris 349NOK

ISBN 978-82-8330-093-2

Dette er en samling av 29 håndplukkede historier om å eldes. Aldringen fremstilles med glede, mestring og stolthet og visualiseres gjennom fotografier av vitale, aldrende mennesker. Boken er en videreføring av utstillingen «Et menneske er Et menneske er Et menneske».

Målgruppen er allmenheten, men også fagpersoner. Bakgrunnen er at forfatteren, som er lege og fotograf, ønsker å endre folks syn på aldringsprosessen og ikke minst medienes omtale av gamle. Hun ønsker å bidra til at gamle mennesker fremstilles med verdighet og vektlegger at man forblir den samme man alltid har vært selv om legemet eldes.

Det grafiske uttrykket er vellykket, men gir meg som leser lyst til heller å se det hele som en utstilling. Likevel, fotografiene er illustrative og gir uten unntak uttrykk for livsglede.

Historiene er personlige og har noen tydelige fellestrekk: betoningen av hvor viktig det er å holde seg i aktivitet, ta initiativ, være sosial og fortsette med gjøremål som gir hverdagen innhold. Samlet gir alle uttrykk for gleden over å delta i et fellesskap, bidra og være til nytte for andre. Utvalget av personer forfatteren har samlet representerer en svært ressurssterk gruppe både med hensyn til intellekt, yrkeserfaring og økonomi. Det anfører til refleksjon over årsaker til ulikheter i helse og hva som skal til for å bibeholde et godt liv i høy alder. Det slår meg at alle personene er talerør for at man fortsatt kan utvikle seg selv om man blir gammel. Kanskje det er det som kan betegnes som å forynges? I en klinisk hverdag som geriater går vi stort sett glipp av kontakten med denne kategorien eldre, da de fleste vi møter har akutte og kroniske sammensatte medisinske behov. Disse utvalgte historiene kan minne oss på at vi også må vektlegge den enkeltes reservekapasitet og mestringsevne og ikke entydig fokusere på patologi.

Boken gir ikke et nyansert bilde av å bli gammel, men det er heller ikke forfatterens intensjon. Mange av personene som intervjues har livserfaringer som gjør inntrykk, men alle er mest opptatt av å få frem positive sider av livet de lever som gamle. Noen av de direkte sitatene er så fulle av begeistring at de blir lite troverdige.

Temaet har vært belyst tidligere. Allerede i Betty Friedans *The fountain of age* (1993) beskrives alderdommen som en ny periode i livet som kan preges av utvikling hvis man åpner for nye utfordringer. I Åshild Ulstrups *100 pluss, våre eldste forteller* (2005) lar forfatteren oss bli kjent med 17 ulike skjebner fra hele landet, en mindre selektert gruppe enn Bangs utvalg, men også disse fokuserer på at det å få gjøre noe for andre gjør at de føler seg unge.

Hovedinntrykket av *Gammal, liksom?* er at eldre mennesker må fremstilles som det de *er*: en ressurs heller enn en utfordring for samfunnet.

Publisert: 12. juni 2018. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.18.0165

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2025 Lastet ned fra tidsskriftet.no 29. desember 2025.