
Hjertehelse og hjertesykdom

ANMELDELSER

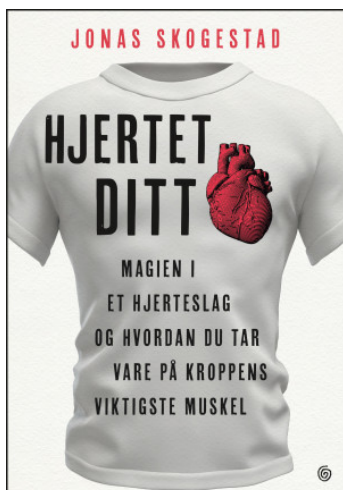
KNUT GJESDAL

Emeritusprofessor, Institutt for klinisk medisin
Universitetet i Oslo

Det ligger i tiden at hvert organ skal ha sin populærvitenskapelige bok med frodig tittel og en kunnskapsrik forfatter som med begeistring og innsikt skriver om sitt fag. Det krever mot å eksponere seg bredt faglig overfor en kritisk skare av kolleger (som ikke er målgruppen), og det er vanskelige avveininger når komplisert fag og fagspråk skal gjøres forståelig for legfolk. Nå er turen kommet til hjertet, og hele tre bøker kommer samtidig.

Alle viser de fagets store fremskritt takket være god basal og klinisk forskning. De er skrevet klart, godt og med entusiasme, og rommer mye fakta. Alle kunne imidlertid ha vært mer illustrert. Merk at vurderingene som følger, er fagmannens og ikke målgruppens.

Jonas Skogestad: Hjertet ditt



Jonas Skogestad. Hjertet ditt. Magien i et hjerteslag og hvordan du tar vare på menneskets viktigste muskel. 204 s, ill. Oslo: Kagge forlag, 2018. Pris NOK 399 ISBN 978-82-489-2210-0

Forfatteren er lege, erfaren underviser og nå lovende basalforsker på hjerteceller. I tillegg har hans slekt en arvelig disposisjon for en alvorlig hjertemuskelsykdom. Disse perspektivene gjennomsyrrer boken, som legger hovedvekten på hjertets oppbygning og funksjon (del 1) og på «Hva forskningen sier om hvordan du skal ta vare på hjertet ditt» (del 3). Disse delene utgjør bokens sterkeste side. I del 2 om hjertesykdommer virker det litt tilfeldig hva som er tatt med: verken undersøkelsesmetoder eller behandlingsprinsipper omtales bredt, selv om det er noen pasienteksempler. Referanser til kapitlene er samlet bakerst, og det er et knapt stikkordregister og noen få strektegninger.

Språket er ledig, men ofte vel blomstrende: «Ved en VT har rytmen i hovedkamrene blitt kapret av en gruppe celler eller en elektrisk strøm med onde hensikter». Man skjønner hva som menes med at det er «ingen forskning som tilsier at homeopatiske medisiner har noen som helst effekt», men placeboeffekten er en realitet for pasient og lege. Forfatter argumenterer godt for forskningens betydning.

For pasienter som søker råd om sin sykdom, gir boken lite; sykehistoriene brukes helst for å belyse prinsipper. De som vil ha størst utbytte av boken, er trolig unge mennesker med interesse for sunn livsstil med riktig kosthold, fysisk trening og unngåelse av rusmidler. Her vil de finne god argumentasjon og mye fakta.

Wasim Zahid: Hjerter for hjertet



Wasim Zahid. Hjerter for hjertet. Alt om kroppens iherdige motor. 264 s, ill, tab. Oslo: Gyldendal, 2018. Pris NOK 399 ISBN 978-82-05-51735-6

Forfatteren er en klinisk kardiolog med god forskningsbakgrunn. «Formålet med denne boken er ikke bare å øke bevisstheten rundt forebygging, selv om det er viktig nok i seg selv. Hensikten er også å heve kunnskapsnivået ditt og styrke posisjonen din som pasient eller pårørende i møte med helsetjenesten». Boken er bygd opp med kapitler om struktur og funksjon, kardiologenes undersøkelsesmetoder og omtale av de enkelte sykdommene, ofte illustrert med pasienthistorier og utdypende faktabokser. Det er ikke kildehenvisninger underveis, men et godt utvalg referanser bakerst.

Teksten er muntlig, med mye jeg og du. Faguttrykk forklares, og informasjonen er relevant med gjennomgang av forebygging, sykdomslære og svar på mange av spørsmålene pasienter har, også på dem de ikke stiller. Det er fine litterære og kulturelle referanser, og atskillig god faghistorikk. Kapitlene kan leses enkeltvis, og det er lett å finne frem, men et stikkordregister hadde vært ønskelig. Tittelen «Alt om» er ambisiøs, og til tider kan det begrensede sidetallet gjøre teksten noe fortettet. Illustrasjoner savnes.

Bokens målgruppe er stor: de som har, eller vil få kontakt med hjertehelsetjenesten. Den gir en grei beskrivelse av undersøkelsene og legenes tenkning, og en kortfattet, men rimelig dekkende omtale av hver enkelt sykdom.

Jørgen Gravning: Ditt fantastiske hjerte



Jørgen Gravning. Ditt fantastiske hjerte. Med eller uten flimmer og smerte. 332 s, ill. Oslo: Aschehoug, 2018. Pris NOK 349 ISBN 978-82-03-29749-6

Forfatteren er en klinisk kardiolog med bred forskningsbakgrunn. Dette er den mest omfattende av de tre bøkene. Det er forord av Ståle Solbakken og etterord av Vibeke og Robin Dale Oen. Etter kapitler om anatomi og fysiologi følger omtale av risikofaktorer og kosthold før omtalen av de enkelte sykdommene. En som regel velplassert vignett innleder de fleste kapitlene, og tre pasienthistorier er vellykket flettet inn. Tallreferanser i teksten henviser til en omfattende liste på 406 siteringer bakerst. Forfatteren takker et stort antall kolleger som har gitt råd om sine spesialfelt, og det har nok bidratt til faglig stringens. Han har fått støtte fra Det faglitterære fond og Nasjonalforeningen for folkehelsen.

Teksten er klar og lettlest, med et vell av medisinhistoriske anekdoter. Dagens praksis forklares ofte ut fra kliniske studier, og norske forskningsresultater får bred plass. Pasienter gis nyttig informasjon, men et stikkordregister og flere illustrasjoner ville vært bra. For å kritisere noe: hjertegod mørk sjokolade er ikke nevnt. Nitroeffekten er uspesifikk og ikke diagnostisk for angina pectoris, og legemidler *forskrives*. Og endelig: Tormod Kolbrunarskald så nok epikardfett da han trakk pilen ut fra hjertet, men neppe fettavleiringer i kransårene.

Boken gir en god leseropplevelse, og anbefales de som er interessert i helse generelt, samt pasienter og helsepersonell inklusive kardiologer.

Publisert: 10. desember 2018. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.18.0780
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 21. februar 2026.