



Bok om eldre utmerket for yngre

Jorunn Lægdeheim Helbostad, Randi Granbo og Håvard Østerås (red.):

Aldring og bevegelse. Fysioterapi for eldre

Gyldendal Akademisk 2007

403 sider

Pris: 485,-

ISBN 978-82-05-36566-7

Først er det bare å gratulere redaksjonen som har gjennomført det svært ambisiøse prosjektet å skrive en bok om «Aldring og bevegelse. Fysioterapi for eldre».

Dette er en etterlengtet bok, for mye har skjedd siden forgjengeren «Eldre i fokus» på 1990-tallet med Tove Eikrem Mork, Milda Lervik, Siv Lindheim Eikrem i redaksjonen. En oppdatering av lærematerialet for eldre har vært etterlyst av mange, ikke minst av oss som underviser på grunnutdanningene i fysioterapi.

«Aldring og bevegelse» handler om eldre og har fokus på forebyggende arbeid, her relatert til fysisk aktivitet og tiltak av primær-, sekundær- og tertiærforebyggende art. Boken er bygget opp i en generell og en mer fysioterapispesifikk del, og den er totalt bestående av 16 kapitler som kan leses uavhengig av hverandre. Boken dekker aldringens mange fasetter som vanlig biologisk aldring, det å bli eldre med en funksjonshemming, mer spesifikke diagnoser som eldre ofte får, og hva fysioterapeuter kan tilby for tjenester.

Den generelle delen tar opp aldringen og de biologiske endringer man kan forvente blant friske eldre, mennesker med funksjonshemming som blir eldre og den geriatriske pasient. Her kan man kanskje være litt kritisk å si at det finnes mange bøker som dekker den biologiske aldringen mer spesifikt, men på den annen side er de ikke på norsk. Det som er nytt i denne sammenhengen er avsnittet om å bli eldre med en funksjonshemming. Lite er skrevet om denne gruppen, og avsnittet er for oss fysioterapeuter av særskilt interesse da vi ikke alltid ser våre pasienter og behandlinger i et lengre tidsperspektiv. Det er flott at vi nå har fått fokus også på dette.

Den spesielle delen retter seg mot diagnose. Det kan ses som noe kuriøst at en bok som omhandler geriatri blir så diagnoserelatert, men diagnosene som nevnes er dekkende for geriatriens vanligste sykdommer. De spesielle «diagnoseavsnittene» markerer hvor kompleks utøvelse av fysioterapi er. Med forbeholdet tatt i betraktning er avsnittene utmerkede som en beskrivelse av fysioterapi i forhold til de forskjellige diagnoser. Likevel, i forhold til bokens fokus på eldre ønsker jeg mer problematisering av hvordan de sammensatte problemene eldre ofte har kan påvirke tiltakene.

«Aldring og bevegelse» retter seg til fysioterapeuter med interesse for eldre og kunnskapsbasert fysioterapi. Boken tilfører ikke noe nytt for de som er oppdatert i faget, men er på den andre siden en sammenfatning og oppdatering av alt det som har hendt innen fagområdet de siste 15 år. Og det er mye. Eksempelvis relateres det nå til treningsprinsipper, og det vurderes systematisk innen fysisk aktivitet og fysisk funksjon, også for eldre. Likeså differensieres også eldre i grupper; som friske eldre, eldre med funksjonssvikt og geriatriske pasienter.

Boken er god for den erfarne kollega som ønsker påfyll og med de mange referanser som følger hvert kapittel, kan man fordype seg ytterligere.

Det er utmerket hvordan boken kan føre studenter i grunnutdanningen inn i gerontologiens og geriatriens verden. Det fordi den introduserer de mange aspekter man må ta hensyn til når mennesker blir eldre, mens den holder fokus på fysioterapitiltakene i akkurat de doser en student kan ta inn første gang.

Boken anbefales til flittig bruk!

Birgitta Langhammer
PhD, Høgskolen i Oslo