

Del fyra behandlar medicinska aspekter på smärtvård, smärthantering och hur det kognitiva synsättet kan stödja det medicinska arbetet. Det handlar om stöd, följsamhet, motivation, förberedelse inför medicinska åtgärder mm. I denna del finns också viktiga delar om betydelsen av nätverk, familj, vänskap och livsstilsfrågor och hur de kan mötas och förstärkas med kognitiva metoder. Här behandlas också sekundära sjukdomsvinster och hur dessa kan hanteras. Arbetslivet, ekonomiska frågor och rättsliga frågor behandlas ur kognitiva aspekter.

Del fem tar upp arbete med självförtroende och hur man som patient kan träna sig i att hävda sina egna gränser och hitta mer utrymme trots sin smärtsituation. Framförallt inriktar man sig på att visa på fungerande kommunikationsstilar och att hjälpa pat att träna i dem.

Del sex behandlar läkemedel för patienter med långvarig smärta. Här ingår också resonemang kring beroendeproblematik.

Del sju behandlar den nog så viktiga delen avslutning av terapin och livet efter. Här behandlas förberedelse för avslut, självhjälpsplanering och boostersessioner.

Mina åsikter kring dessa båda böcker är att de är ett måste för den som arbetar med smärtproblematik. Båda böckerna är fylliga och tar upp i princip alla relevanta frågor som man som kognitiv terapeut kan ha när det gäller det svåra arbetet med människor som drabbats av långvarig svår smärta. Båda böckerna har ett brett grepp kring metodfrågor och presenterar utomordentliga fallbeskrivningar som stödjer den teoretiska grunden på ett mycket gott sätt. Det är spännande att se hur man greppar somatisk problematik från det kognitiva fältet och jag anser att båda böckerna är tillämpliga även på annan somatisk vård.

Eimer, Freemans bok kan vara mer lämplig för psykologer som önskar tydligare genomgångar kring testverksamhet och psykometri.

Winterowd, Beck och Grueners bok är ännu mer distinkt kognitiv men har också tydliga breda resonemang kring andra teoretiska inriktningar. Från början tyckte jag den var lite tunn men den mycket tydliga kognitiva inriktningen gör att den växer och idag föredrar jag denna bok.

Carl-Johan Råberg
Lindesberg