

Språk, verktyg och eld

Hur lätt är det inte att glömma att det är genom språket som vi når andra människor? Rubrikens tre ord har jag lånat från en diktsamling av Göran Sonnevi. Språket förblir ett av läkarens och läkekonstens främsta verktyg. Det är ett kraftfullt instrument; ibland isande kallt och ibland glödande hett. Vid sidan om det verbala språket finns det icke-verbala kroppsspråket. Verbalt och icke-verbalt språk borde samverka i patient-läkarrelationen. Men ibland sänder dessa båda språk ut dubbla budskap. »Läkaren sa att jag kommer att överleva, men hans rörelser signalerade att han inte trodde på det han sa. Jag bedömde hans kroppsspråk som det mest ärliga», skrev en patient till mig en gång.

Det verbala språket är vidare inte bara det talade. I patient-läkarrelationen har det skrivna språket fått allt större betydelse under de senaste decennierna. Den berömda Enköpingsdoktor, Ernst Westerlund, skrev inte sällan små personliga lappar med råd till sina patienter. De var visserligen tämligen faderliga, men ändå. Kanske skulle vi lägga ner mer möda på de brev vi skriver (eller diktar) till våra patienter? Kanske skulle vi lägga till en personlig handskriven men ändå läslig rad till det vanligtvis alltför opersonliga provvarsmeddelandet? Kanske finns det läkedom i att göra det.

Språk är ett redskap för förståelse. Det är genom orden som vi når varandra. Ordet dialog betyder just »genom ord». Ibland kan man se tröst som en sorts assisterad bikt, där lättnaden ligger i ordens flöde. Den katolska kyrkans bikt har en mycket viktig psykologisk funktion. Freud och den tidiga psykoanalysen insåg betydelsen av ord som bot och ännu idag funderar delar av den medicinska världen över vilka krafter som finns förborgade i detta. Det är i själva verket en brännande forskningsfront, såväl neurofysiologiskt som psykodynamiskt.

Ord förmår att mobilisera de livsbejakande krafter som trots allt alltid finns inom varje människa. Inom omvårdnadsforskningen talar man om »em-

powerment» för att delvis beskriva detta. Ord kan ha en renande funktion, redan i antiken och av Aristoteles benämnd katarsis. Kollegan Rolf Ahlzén har underlättat förståelsen av katarsisbegreppet när han istället för rening talar om befrielse.

Språk är kommunikation och ömsesidighet. I samspelet mellan patientens och doktors ord kan något hända. Som läkare får man aldrig glömma att vissa av de ord man säger etsar sig fast hos patienten och anhöriga, kanske för resten av livet, särskilt om mötet ägt rum i en livskris. Att lära sig använda språket borde ges större utrymme i läkarutbildningen! Den store kliniker Kussmaul skrev: »Det rätta ordet i rätt tid från en erfaren humanistiskt bildad läkare verkar ofta mer mirakulöst än läkemedel...».

Läkarens språk i mötet med en patient måste anpassas. Spela inte, använd din språkliga repertoar. Välj bland Din uppsättning av språk! Gör Dig inte till

Detta gäller såväl inom det konstnärliga samtalet med patienten som när man förklarar medicinska samband och sammanhang. Glöm heller aldrig bort att det medicinska fackspråket är en maktfaktor! Tala med, inte till, patienten. När Du talar, tänk på röstläge, tonfall och tempo. En lugnande röst, mild och långsam, kan ibland ha avgörande betydelse för patientens upplevelse. Ärlighet i språket borde vara en självklarhet i autonomins tidevarv. Men enkelt är det inte! Patienten förtjänar uppriktiga svar [1], men hur handskas vi med dystra prognoser? Kom dock ihåg att sanningen kan sägas på olika sätt så att man inte slår ner patienten med brutala formuleringar [2]. Glöm aldrig att vara barmhärtig när Du handskas med svåra sanningar! »Uppgiften att stå vid den sjukes sida, när båda vet den dystra utgången av sjukdomen, är alltid påfrestande och krävande. I sådana situationer kan man inte leka kurragömma med den sjuke» [3]. Bagatellisera aldrig patientens oro [4]. Att verkligen begrunda det patienten berättar är vägen till förståelse.

Det kommunikativa språket är

verktyget i patient-läkarrelationen. Men vilket språk skall man använda när man beskriver denna relation? Duger det logiskt rationella vetenskapliga språket när man skall beskriva ett mellanmänskligt möte? Hur kan man uttrycka läkekonsten i språkliga termer? Hur skall man fånga och förklara dess konstnärliga variation? Kanske är lyrikens språk bäst lämpat? Jag menar då inte vanligt enkelt versskrivande utan en mer central idélyrik som förmår förmedla något bortom de konkreta orden.

Av svenska poeter är förstås Tomas Tranströmer ett lysande exempel på en modern mystiker, som fångar något i den mänskliga naturen som slinker undan vetenskapens språk. Citaten kunde bli många, men här är några rader som jag ofta tänker på när jag sitter vid en patients bädd med en livshotande sjukdom:

*Och som när någon gått in i en sjukdom så djupt
att allt som var hans dagar blir några
flimrande punkter,
en svärm,
kall och ringa vid synranden.
Tåget står fullkomligt stilla.
Klockan två: starkt månsken, få stjärnor.*

Det verbala språket hänger nära samman med det icke-verbala. Man skall sitta, och sitta bekvämt, när man talar! »Var så god och sitt, doktor!» uppmådde tanatologen Loma Feigenberg [5]. Tänk på gester och hållning! Vilka budskap sänder Ditt kroppsspråk? Vad signalerar det att man håller armarna i kors? Ge akt på mimiken, Din egen och patientens! Kanske signalerar ett grimaserande ansikte ett annat budskap än det man säger i ord. Glöm aldrig vikten av ett vänligt leende och en utsträckt hand. Det finns en stark läkande kraft i hur man uppträder vid sjuksängen [6].

Till den icke verbala kommunikationen hör också den förstående blicken. Ögonkontaktens betydelse kan knappast övervärderas. Det är en konst att förtroendefullt möta en blick utan att det för patienten känns som om man stirrar. En del patienter klarar inte för

mycket ögonkontakt. Ögonens språk har många metaforer: en blick kan vara och beskrivas som iskall, varm, glödande, stålhard, avslöjande, gäckande, genomträngande ... Den spanske filosofen José Ortega y Gasset jämför blicken med en kula, som kommer som en projektil, eller en pil, inifrån en människa [7]. Den svenske läkaren Axel Munthe, flera gånger omtalad i denna krönikeserie, betonade den genomträngande kliniska blicken, den blicken som inte bara ser diagnosen utan också ser in i själen och ordlöst förstår problem, oro och obesvarade frågor.

Genom språket får vi tillgång till humor. Humor är inte sällan en omistlig del av läkekonsten.

För en del och vid vissa situationer kan humor vara ett sätt att hantera svårigheter och även ett sätt att få kontakt [8]. Det absurda är inte sällan komiskt. Humor innebär ibland ett förlösande vid extrema stress-situationer. Dessutom håller vi med skrattet faran på avstånd. Skrattet har en distanserande funktion. Denna humorns avspännande effekt underlättar kommunikationen. Den gamle läkargisslaren Molière skrev

»Det är ett gott tecken när läkaren kan få sina patienter att le.» En ömsint och lekfull humor kan medföra att underförstådd gemenskap uppstår. Men det är med humor precis som med beröring – fel använda kan de bli plumpt kränkande. Ett illustrativt

exempel på en läkare som medvetet fört in humor i den medicinska praktikens vardag är Patch Adams, aktuell genom Robin Williams' rolltolkning i filmen om honom.

Även tystnaden hör till språket. Den gemensamma tysta pausen och eftertanken skapar utrymme för patienten att kunna verbalisera djupt liggande funderingar. Kanske är det en stor sak i läkekonsten; att inte fylla ut tystnaden med ytligheter. Vet Du inte vad Du skall säga, så var tyst!

Referenser

1. Novack DH et al. Changes in physicians' attitudes towards telling the cancer patient. JAMA 1979;24:897-900.
2. Fallowfield L. Giving sad and bad news. The Lancet 1993;341: 476-8.
3. Fallowfield L et al. No news is not good news: information preferences of patients with cancer. Psycho-oncology 1995; 4:197-202.
4. Brattgård SO. Människan inför sjukdom och lidande. Stockholm: Diakonistyrelsens Bokförlag, s 51.
5. Arborelius E, Bremberg S. What does a hu-

- man relationship with the doctor mean? Scand J Prim Health Care 1992;10:163-9.
6. Feigenberg L. Var så god och sitt, doktorn! Läkartidningen 1983;80:4965.
7. Autton N. The use of touch in palliative care. European Journal of Palliative Care 1996;3:121-4.
8. Ortega y Gasset J. Man and people. New York: WW Norton and Co, 1957.
9. Linn LS, DiMatteo MR. Humor and other communication preferences in physician-patient encounters. Med Care 1983; 12:1223-1.

KRÖNIKÖR

CARL-MAGNUS STOLT
professor i humanistisk medicin,
Karolinska institutet, Stockholm,
chefläkare, Södra Älvsborgs
sjukhus, Borås.

”Genom språket får vi tillgång till humor. Humor är inte sällan en omistlig del av läkekonsten. För en del och vid vissa situationer kan humor vara ett sätt att hantera svårigheter och även ett sätt att få kontakt.”