



**Sten Iwarson**, professor, överläkare, infektionskliniken, Sahlgrenska Universitetssjukhuset/Östra, Göteborg (sten.iwarson@infect.gu.se); gästredaktör

## In i väggen ...

### Ny serie om stressrelaterad ohälsa startar i detta nummer

»Somliga tycker att dagens tumult är både behagligt och meningsfullt. Andra förmener att dagens gny är dystert och sorgligt och tungt som bly. Här har de fått sig en bok till livs om varför de trivs eller inte trivs. Då kan de sistnämnda läsa på. De förstnämnda klarar sig nog ändå.«  
Alf Henrikson

|| Så inleds förordet till Marianne Frankenhaeusers bok »Kvinnligt, manligt, stressigt«, som kom i sin första upplaga 1993. Redan på 1950-talet hade begreppet stress lanserats av fysiologiprofessorn Hans Selye. Han använde termen som en gemensam beteckning för de reaktioner som sker i kroppen när vi utsätts för olika typer av påfrestningar, stressorer. Legenderna säger att Selye, som hade invandrat till Kanada från Ungern, egentligen var ute efter det engelska uttrycket strain (spänning, ansträngning, överbelastning) för att illustrera vad han menade och felaktigt valde beteckningen stress. När Selyes kolleger påpekade detta försökte han korrigera sitt misstag, men då hade stressbegreppet redan etablerats, bl a genom hans bok »The Stress of Life« som kom ut 1955.

Stressforskningen i Sverige kom igång på 1960-talet, främst genom fysiologiprofessorn och nobelpristagaren Ulf von Eulers metodutveckling, som gjorde att halten av stresshormonerna adrenalin och noradrenalin kunde mätas i urin. Såväl Marianne Frankenhaeuser som hennes kollega, läkaren Lennart Levi inspirerades av von Euler. Marianne Frankenhaeuser inriktade sig på vardagslivets stress, inte minst kvinnornas, medan Lennart Levi under många år försökte väcka oss med sina varningar om den kroniska stressens deletära effekter. Tyvärr var det väldigt få som lyssnade på hans varningsrop.

#### Långtidssjukskrivningarna började öka

Vid mitten av 1990-talet började långtidssjukskrivningarna öka oroväckande vid det storsjukhus där jag tjänstgjorde som chefläkare. Den ökande sjukfrånvaron ledde till såväl bemanningssvårigheter som budgetproblem. När vi intervjuade en del av de drabbade fick vi snart klart för oss att dessa långtidssjukskrivningar ingalunda berodde på »ändrade attityder till sjukskrivning« eller »överutnyttjande av sjukskrivningssystemet«, utan på att flertalet av de långtidssjukskrivna kände sig slutkörda. De var helt enkelt fysiskt och psykiskt utmattade.

I samband med byte av arbetsuppgifter fick jag möjlighet att fördjupa mig något i dessa långtidssjukskrivnas problem, vilket ledde till boken »På bredband rakt in i väggen – om stress och utbränning i arbetslivet«. Under arbetet med boken blev det tydligt för mig att de påtagliga förändringar som skedde inom såväl arbets- som fritidsliv under 1990-talet hade stor del i det ökande antalet långtidssjukskrivningar. Det ökade trycket

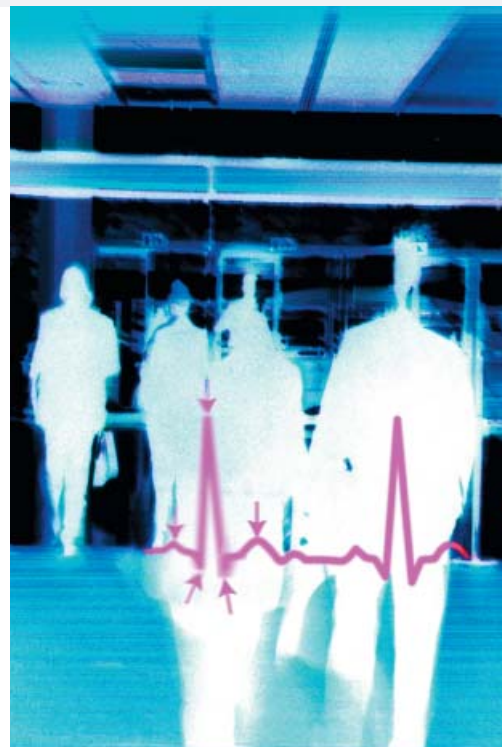


ILLUSTRATION: RICHARD FRIEDAU/SCIENCE PHOTO LIBRARY

Den stressrelaterade ohälsans problem spänner över hela det medicinska fältet: från psykiatri till infektionssjukdomar, från endokrinologi till sjukgymnastik, från yrkesmedicin till psykoterapi.

#### Stressrelaterad ohälsa

Se även artiklar på sidan 1084 och 1089 i detta nummer.

inom arbetslivet liksom förändringarna i livsstil över huvud taget skedde gradvis, men effekterna i form av allt fler långtidssjukskrivningar blev tydliga och mätbara från 1997 och framåt. Den nya situationen tog de flesta berörda aktörer på sängen: sjukvård, försäkringskassa, arbetsgivare, politiker m fl.

Idag har vi alla någon vän, kollega eller släkting som drabbats av stressrelaterad ohälsa. Trots detta befinner sig flertalet av samhällets ansvariga aktörer i stort sett kvar på »ruta ett«. Man gör olika analyser av problemets kärna, men adekvata åtgärder lyser med sin frånvaro. Den övergripande målsättningen med Läkartidningens nya serie är därför att försöka öka kunskapen om stressrelaterad ohälsa: dess bakgrund, behov av behandlingsinsatser för de drabbade och möjliga preventiva åtgärder, såväl inom arbetslivet som i samhället i stort.

Det är uppenbart att den stressrelaterade ohälsans problem spänner över hela samhällssektorn, liksom över hela det medicinska fältet: från psykiatri till infektionssjukdomar, från endokrinologi till sjukgymnastik, från yrkesmedicin till psykoterapi. »Hjärnan sitter lika mycket i kroppen«, har någon sagt, och det är vår ambition att också försöka spegla detta i serien. De första avsnitten inkluderar bl a stressreaktionernas biologi, utmattningssyndromets kliniska bild och rehabiliteringsprocessens olika delar. Den andra hälften av serien fokuserar bl a på hur man kan förebygga stresskador och öka sin egen stresstålighet samt lämnar förslag på arbetslivs- och samhällsinriktade åtgärder.

Till seriens alla författare vill jag rikta ett varmt tack för att ni villigt och snabbt delat med er av era betydande kunskaper och rika erfarenheter.

\*

Potentiella bindningar eller jävsförhållanden: Inga uppgivna.