

Läs två gånger morgon och kväll utan att förstå

Jag sitter och läser på mina burkar. Om och om igen för att förstå vad och hur jag ska medicinera. Jag läser en gång, Jag läser två gånger och tre. Varför begriper jag inte de korta texterna på burkarna? Jag är vital, klar i huvudet och »bara» 55 år gammal. Som journalist och kommunikationskonsult dessutom tränad i att ta in snårig information. Ändå får jag kämpa för att begripa hur jag ska medicinera min plötsliga åkomma.

Sen ser jag det uppenbara.

De små, ja vi kan väl kalla dem »notiserna» på medicinburkarna strider mot alla gängse regler vad gäller såväl innehåll som layout och typsnitt. Så här formulerar sig bara den som absolut inte vill bli förstådd:

**1 KAPSEL 2 GÅNGER
DAGLIGEN I 28
DAGAR FÖR MAGEN.
OCH DÄREFTER 1
TABLETT DAGLI-
GEN I YTTERLIGA-
RE 4 VECKOR.**

Det första regelbrottet är att texten blandar olika enheter. 28 **dag**ar och 4 **veck**or. Det kan tyckas självklart att detta är samma sak. Det är det inte automatiskt för mottagaren. Särskilt inte om denna är 82 år och sjuk. Det är en tröskel i förståelsen oavsett hur gammal man är.

Man måste räkna efter.

Nästa problem i texten är att den är skriven i versaler. Det vill säga genomgående stora bokstäver.

DET ÄR ETT FAKTUM ATT VERSALER ÄR MYCKET MER SVÅRLÄSTA ÄN GEMENA BOKSTÄVER. DESSUTOM SKRIKER DE TILL SIN PUBLIK OCH UPPLEVS SOM AGGRESSIVA. I ALLA SAMMANHANG BÖR MAN DÄRFÖR VARA MYCKET RESTRIKTIV MED VERSALMISSBRUK. VERSALER FÅR INTE BUDSKAPET ATT VERKA VIKTIGARE. SNARARE POM- PÖST OCH GNÄLLIGT. SOM ORDER OM GIVAKT, ELLER SOM SURÄ LAPPAR I TVÄTTSTUGAN.

Tredje problemet med texten är att den säger att jag ska inta 1 kapsel i 28 dagar för magen och sen 1 tablett i ytterligare 4 veckor. Så de första 28 dagarna är för magen – vad är de andra 4 veckorna för? För benen? För skojs skull?

Min andra medicin är ett paket som visar sig bestå av tre olika tabletter. Det begriper jag först efter dag tre trots att jag läst instruktionen femton gånger eller mer. Det beror bland annat på att två av tabletterna kommer i burkform, medan den tredje ligger som en vit box i paketet och ser ut att vara en del av själva asken.

Så här ser texten ut:

ENLIGT ORDINATION I 7 DAGAR 1 NEXIUM, 1 KLACID OCH 2 AMIMOX TAS SAMTIDIGT MORGON OCH KVÄLL

Problemen med den här texten är i första hand radbrytningen, som gör att ögat får problem med läsordningen. Blicken irrar mellan siffrorna. Hjärnan får problem att förstå vad man ska ta en eller två av. Ett problem som försvåras ytterligare av att texten återigen är satt i versaler.

Här är orden »enligt ordination» överflödiga – jag har ju förstått för länge sedan att det är ordinerat av min läkare. Orden stjäl bara plats på det lilla utrymme som kunde utnyttjats bättre.

Budskapet »i 7 dagar 1» blir »I 7 DAGAR 1» med versaler. Hjärnan blir irriterad på ögat och vet inte om det står 17 dagar 1, eller kanske 1–7 dagar 1? Hjärnan tycker det saknar mening och vill göra något roligare.

I stället för detta:

**1 KAPSEL 2 GÅNGER
DAGLIGEN I 28
DAGAR FÖR MAGEN.
OCH DÄREFTER 1
TABLETT DAGLI-
GEN I YTTERLIGA-
RE 4 VECKOR.**

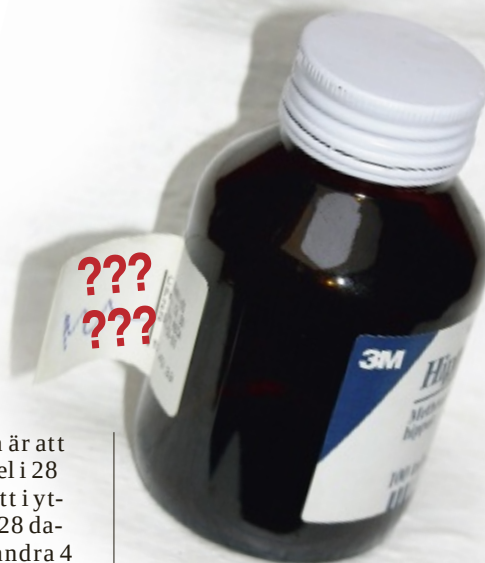


Foto: Helena Åberg

skulle det kunna se ut så här:

Ta magmedicinen i två månader.

Första månaden:

1 kapsel både morgon och kväll

Andra månaden:

1 kapsel på morgonen.

Och nästa exempel:

ENLIGT ORDINATION I 7 DAGAR 1 NEXIUM, 1 KLACID OCH 2 AMIMOX TAS SAMTIDIGT MORGON OCH KVÄLL

Skulle kunna se ut så här:

Du ska ta tabletterna i en vecka. Varje morgon och kväll tar du:

2 st Amimox

1 st Nexium

1 st Klacid

Ta de fyra tabletterna samtidigt.

Nu blir det lättare att se vilka tabletter och hur många jag ska ta – och det går lättare att liksom pricka av att jag fått med alla fyra tabletterna.

Jag vet att det inte är läkarna som layoutar etiketterna, men det är läkarens ordination som är det viktiga och som måste vara tydlig för patienten. Tyvärr saboteras meddelandet av »tryckeriet», vilket ökar risken för fel-dosering.

Jag tittar på mina andra gamla medicinburkar och ser att texterna ser lika illa ut på alla. Fasar för hur det ska bli när jag blir gammal och gaggig.

Eva-Pia Worland
frilansjournalist och
kommunikationskonsult

