

## Komplementær og Alternativ behandling

Af Audun Myskja. Boganmeldelse v. Søren Skogstad Nielsen, LNS

Audun Myskja er et virkeligt indsigtfuldt menneske, som sideløbende med sin uddannelse og praksis som læge både har taget og praktiseret alternative uddannelser i bl.a. musikterapi, healing, bevidsthedsudvikling, urtemedicin og meget andet. Fra sin opvækst i de norske dale har han også et godt førstehåndskendskab til folkemedicinen og de kloge mænds og koners virke der. Audun Myskja's grundholdning fremgår af bogens undertitel: På vej mod en integreret medicin. Det er hans håb og tro, at det er muligt for både dem, der har rod i det alternative, og de der virker indenfor det etablerede behandlingssystem, at forstå og dermed nå hinanden. Og hans bog er et bidrag til at fremme denne mulighed. Derfor betragter han begge områder ud fra en række synsvinkler.

Han peger med mange både overraskende og skarpe eksempler på, at vor vestlige medicin er en strømning blandt mange andre, som i øvrigt er ganske ny, medens folkemedicinen og de kinesiske og indiske traditioner har mange tusinde års erfaringsopsamling som baggrund. De bidrag den vestlige medicin har givet, er dels den industrielle fremstilling af fysisk funderet medicin, og dels ideen om at det er muligt at lave en objektiv konklusion om et middels virkning.

Derimod bygger de ældre medicinske strømninger på en lang kæde af opsamlede erfaringer, der har givet indsigt i kroppens og sindets samvirkning med den omgivne natur med det mål at holde os levende og sunde. Med sit dybe både praktiske og teoretiske kendskab til begge strømninger viser Audun Myskja gennem sine eksempler og overvejelser begge strømningers svagheder og styrker, men han giver også eksempler på, hvor de allerede har befrugtet hinanden.

En anden af bogens synsvinkler er at give en vejledning til den, der søger alternativ behandling for en lidelse. I de to store kapitler: 'Virksomheder indenfor alternativ behandling' og 'Alternativ behandling i praksis', samt flere andre, er der både en gennemgang af, hvad man helt konkret selv kan gøre for at forebygge og afhjælpe en lidelse, dels råd og vejledning til den der søger alternativ behandling. Her lægger han stor vægt på, at man ikke passivt lader sig 'henvise' til en behandler, men tager sine egne signaler fra krop, følelse og sind med, samt muligheden for at sætte sig ind i en terapies baggrund og sundhedssyn, før man starter en behandling. Til at hjælpe med at komme i gang hermed, gennemgår forfatteren en god del praktiske øvelser hentet fra adskillige terapiformer, samt fortæller om deres baggrunde, altså hvorfor der er grunde til at formode, at de virker.

Uden bogens oversigt over brugen af alternativ behandling og hvorfor de, der søger den, gør dette, samt et appendiks om danske forhold for alternativ behandling, som bogen også indeholder, ville den ikke være komplet. Men det er den.

Ja- det er anmelderens tanke, at vi her har den bog, der bliver **det** klassiske hovedværk om alternativ behandling her i skandinavien de næste 10-20 år både for fagpersoner og almindelige mennesker.

'Komplementær og Alternativ Behandling' er strålende for enhver alternativ behandler, der gerne vil vide mere om andre terapiformer og gerne vil have baggrund for at forstå den klassiske vestlige medicins holdninger. Den er også for den nysgerrige, der stiller spørgsmålet: Hvad er det egentlig, alternativ behandling drejer sig om? Også for den der har en af de mange lidelser, hvor vort vestlige sundhedssystem siger – ja, det må du leve med - er der nyt håb og nye muligheder at hente. Og for sundhedspersonale, der gerne vil have en baggrund for at forholde sig til en patients ønske om alternativ behandling, er der en sober og dækkende gennemgang af hele området.

Originaludgaven på norsk, som jeg også har læst, er skrevet i et meget behageligt og letlæst sprog, helt rensat for både 'videnskabelig' jargon og den marketingstil, som især amerikansk litteratur er så fuld af. Man føler sig bogen igennem i behagelig samtale med en vidende person, der opfordrer én til selv at overveje og danne sig en mening, og denne stil er bibeholdt i den fine danske oversættelse. Køb bogen, læs den og få noget at vide, som du ikke vidste!

(ISBN 978-87-628-0957-4) 1 udgave 1 oplag Munksgård Danmark 2010