

Alt du lurar på om endometriose (og litt til)

Guri Majak, Marianne Omtvedt

Endometriose: hvor vond skal mensen være?

Stavanger: Frisk, 2025

222 s.

ISBN 9788284372075

Michael 2026; 23: 73-74

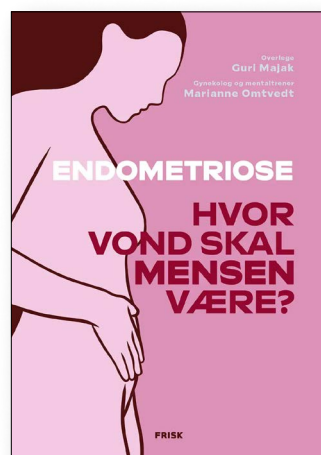
doi: 10.5617/michael.13086

I 2023 leverte kvinnehelseutvalget en offentlig utredning om kvinners helse og betydningen av kjønn for helse (NOU 2023: 5). De pekte på noen sentrale utfordringer, som at kvinners helse har lav *status*, at en sviktende *kunnskapsbro* gjør at oppdatert kunnskap ikke når frem, og at *kvinners stemmer* får for lite gjennomslag.

Denne boka om endometriose er et aktuelt og relevant bidrag. Den er skrevet av to gynekologer med god fagkunnskap på området, og er krydret med små sitater fra tre pasienter.

Forfatterne vil mye: «I denne boka finner du svarene du har lett etter. Gjennom oppdatert forskning, personlige erfaringer og praktiske råd tar gynekologene deg med bak fasaden til en av de mest underdiagnostiserte og underbehandlede sykdommene i historien.»

Med et uttalt mål om å gi alle svar blir det naturlig nok en bok som favner bredt. Den omhandler fakta, diagnostikk og behandling av endometriose, og temaer som mestringsstrategier, kosthold, graviditet, ufrivillig barnløshet, ulike typer prevensjonsmidler, stress, dating og rettigheter. Her finner man alt fra faglige forklaringer på hormonnivåer under menstruasjonsyklus til tips om hvordan du kan forberede deg til et møte med Nav.



Det er ingen helt tydelig rød tråd i inndelingen av boka, og særlig siste halvdel har en del løsrevne kapitler. Det er 14 kapitler med flere underkapitler, men en lang innholdsfortegnelse gjør det enkelt å slå opp direkte på det temaet man er interessert i. Dette er en styrke, for boka er litt tung å lese fra perm til perm, rett og slett fordi det er veldig mye stoff.

Språket er lett og muntlig og henvender seg direkte til leseren i du-form. Det er lite bruk av medisinsk fagterminologi og mange gode forklaringer. Det muntlige språket kommer også til uttrykk i overskrifter som «Født sann eller blitt sann?», «Søk hjelp!» eller «Gruppechatter bakteriene i vagina og tarm?». De mange overskriftene og underoverskriftene bidrar til å dele opp teksten. Det er også utstrakt bruk av uthevet tekst for å fremheve viktige setninger og passasjer samt tekstbokser med utdypende informasjon. Boka har en lang kildeliste med oppdaterte artikler. Det er ikke direkte henvisninger i teksten, men kildelisten er sortert etter kapitlene i boka.

Som andre populærvitenskapelige bøker er også denne rettet mot folk flest. Det er mange gode og letteste kapitler, som jeg vil anbefale mine tenåringsdøtre å lese. Selv om boka ikke er rettet mot fagfolk, er det mye detaljert kunnskap, som leger og annet helsepersonell kan ha nytte av å lese i møte med pasienter med mulige endometrioseplager.

Helt i tråd med kvinnehelseutvalgets ønsker bruker forfatterne egne stemmer og stemmer fra pasientene sine til å øke kunnskap og forståelse om endometriose, og dermed heve sykdommens status. Alt i alt er dette en ambisiøs bok som kanskje gaper over litt for mye, men som kan fungere godt som et oppslagsverk for dem som ønsker en underholdende og lettskrevet bok med god informasjon om endometriose og livet med denne sykdommen.

Bettina Fossberg

BettinaCaroline.Fossberg@lillestrom.kommune.no

Bettina Fossberg er kommuneoverlege i Lillestrøm kommune.