

DEBATT

Läs tidigare publicerade debattinlägg under "Aktuell debatt" på www.barnlakaren.se.

Replik av Gösta Alfvén till inlägget "Stress ett stressigt ord" av Bengt Lagerkvist (nr 2 /2010):



Illustration: Anders Richardsson

Hej Bengt, Du efterlyser akribi kring ordet stress i det medicinska sammanhanget, det vill säga sträng noggrannhet med vad vi menar med och hur vi använder detta begrepp. Jag noterar att du i ditt inlägg väl beskriver både hur ordet stress används i dagligt tal och riktlinjer för dess mer strikta medicinska betydelse. Jag har, inspirerad av Karl Poppers kunskapsteoretiska tankegångar, ett lättsinnigare förhållande till definitioner.

Att definiera företeelser i naturen är en vetenskaplig tradition alltsedan Aristoteles dagar. Karl Popper kallar denna metod för essentialism. Han skriver om de som tillämpar denna metod att "De är mer intresserade i ords (essentiella) mening än i teoriernas sanning och falskhet" (1). Essentialism leder till infinitism, det vill säga till ett icke ändligt sökande efter sanning genom ord. Popper har ett nominalistiskt förhållningssätt till ord och definitioner. Det betyder att han ser begrepp och definitioner som blott en kort benämning för den kunskap vi har om fenomenet. Ords betydelse är tvetydig och det är i kunskapen som ordet representerar som vi finner dess innehåll. Definitioner är sällan, om aldrig, heltäckande. Ett konkret och klassiskt exempel på detta är följande: Vad är defini-

tionen på en svan? Svar: Det är en stor vit fågel med lång hals. Denna definition var användbar till den dagen man upptäckte att svanen i Australien är svart. Alltsedan Hans Selyes tid, han som myntade begreppet stress på 1930-talet, har man försökt finna en bra och heltäckande definition på stress. Alla har sina förtjänster och brister. Marianne Frankenhauser, psykolog, stressforskare och professor på Karolinska Institutet definierade negativ (psykologisk) stress med orden *brist på kontroll, hjälplöshet och underläge*. Selyes definierade stress som *The non-specific response to any demands made upon it*. Selye beskrev den mycket starka stressens fysiologiska konsekvenser på sina försöksdjur, hur deras tymus krympte, magslemhinnan blev inflammerad, och hur binjurebarken svullnade, något som senare påvisades bero på ökad kortisolproduktion. Selye sökte, finner man i hans senare skrifter, efter stressens centralnervösa reglering. *Cortisol Releasing Factor* som utsöndras från hypotalamus är en viktig del av denna.

Idag är det känt, som Du Bengt antyder, att kortisolproduktionen också kan nedregleras vid långvarig, negativ stress. Stress ingår i *The brain defense system*. Dit räknas också smärta och klåda. Beskrivningen av dessa fenomen fyller hyllmeter av böcker. Stress är en mångfasetterat biologiskt skeende i kropp och centrala nervsystemet, en reaktion på en mångsidig omgivning och på kroppsliga och centralnervösa reaktioner. Stress är också en subjektiv upplevelse. Med dagens kunskap om nervsystemet finner vi att amygdala intar en central plats i samspel med många andra strukturer som cingulum och främre frontalbarken, se figur. Självt har jag sökt definierar stress som "den emotion som uppstår i amygdala på grund av psykisk och fysiskt påfrestning och stressreaktionen är den reaktion som denna emotion utlöser". I min bok Barn och Psykosomatik (2) finns ett 16 sidor långt kapitel om stress. Där finns barns konkreta beskrivning av hur stress påverkar deras tankar, känslor och kropp. Jag har också försökt beskriva den neurobiologiska regleringen av stress och föra ett resonemang om synen på stress.

Symptomgivande och sjukdomsskapande blir stress då den leder till påfrestning utöver det normala. Det är svårt,

DEBATT

kanske inte ens möjligt, att finna akribi för ett ord som stress.

1. Popper K. *Objective Knowledge. An Evolutionary Approach. Chapter 3. Epistemology Without a Knowing Subject.* Oxford. The Clarendon Press. 1972.

2. Alfvén G. *Psykosomatik hos Barn i teori och klinik* Norstedts Akademiska Förlag 2006.

Gösta Alfvén, docent, barnläkare, specialist i pediatrik och smärtbehandling, Astrid Lindgrens Barnsjukhus, Stockholm. E-mail: gosta.alfven@karolinska.se

Vill du skriva ett inlägg till debattsidan? Skriv kortfattat (max 500 ord, 5 referenser) och skicka till: info@barnlakaren.se

Annonsera i Barnläkaren

Teman för 2011

1. Neuropsykiatri
2. Gastroenterologi
3. Sömn
4. Akutpediatrik
5. Barn och fysisk aktivitet
6. Barn och kultur

Boka redan nu: info@barnlakaren.se, 070-357 16 63/08-517 795 82
Info: www.barnlakaren.se