

PSYKOLOGISKE FORHOLDS BETYDNING FOR KRÆFT

En anmeldelse af Thomas Nielsen:

*Psyke og Cancer: Om psykologiske faktorerets betydning
for udvikling af kræftsygdomme.*

Dansk psykologisk Forlag, 411 sider, kr. 224,-

Helle Andersen

Psyke og cancer er i flere henseender en bog af format. Den strækker sig over ca. 400 tætskrevne sider, og den går seriøst, grundigt og overbevisende ind i de fleste af de spørgsmål, der har været diskuteret inden for emnet: Sammenhængen mellem psyke og kræft.

Som Thomas Nielsen gør klart i indledningen til bogen (s. 14), er der tre centrale linier i den psykosociale kræftforskning: 1) Sygdommens betydning for det psykologiske befindende (bl.a. krise- og sorgreaktioner), 2) livsstilsfaktorerets betydning for udvikling af kræftsygdom (bl.a. tobaksrygning), og 3) »hvorvidt psykiske tilstande via hjerneprocesser (kan) påvirke kroppens fysiologi, således at dette i sig selv (vil) øge risikoen for udvikling af cancer eller for et ugunstigt forløb af en allerede igangværende cancerlidelse«. Det er det sidstnævnte tema, Thomas Nielsen tager op i bogen.

Det er et problemfelt, der er af betydelig relevans, ikke kun for viden- skaben, men også for de mennesker, der mere eller mindre direkte bliver berørt af sygdommen. Alene i Danmark får hvert år omkring 26.000 mennesker konstateret kræftsygdom, mens langt flere lever med efter- virkninger af tidligere kræftdiagnoser og -behandlinger. Hver gang ét menneske får en kræftdiagnose, bliver mange andre berørt: Mand eller kone, børn eller forældre, søskende og anden familie, skolekammerater, naboer, arbejdskolleger m.v.

I populære sammenhænge lanceres der ofte en tro, grænsende til viden, om, hvordan kræftsygdommes opståen hænger sammen med psykologi-

Lic.psych. Helle Andersen er ekstern lektor på Københavns Universitet. Tidligere gennem en årrække videnskabelig koordinator for psykosocial forskning i Kræftens Bekæmpelse. Medvirkende i tilrettelæggelse af videreuddannelse for sundhedspsykologer under Dansk Psykologforening. Har et stort antal publikationer inden for familie- og kvindeforskning, seksualitet samt sundhedspsykologi. Blandt sundhedspsykologiske publikationer kan nævnes: »Psykosocial forskning ved somatisk sygdom«, i Agger & Andersen et al. (red.): *Psykologisk behandling ved somatisk sygdom*, 1991 og »Coping: Mestring eller afværgelse«, *UDKAST* 1, 1994.

ske forhold. Kræft siges bl.a. at hænge sammen med fortrængning af følelsesmæssige konflikter, eller sygdommen er fremkaldt af et stressfuldt liv, eller den er forårsaget af særlige, problematiske begivenheder i den enkeltes liv, såsom dødsfald blandt nærtstående, skilsmisser, arbejdsløshed og lignende. Tilsvarende siges det, at overvindelsen af kræftsygdom hænger sammen med patientens evne til at »fighte« og altså ved egen indsats overvinde sygdommen. Sådanne opfattelser har næsten vundet hævd i befolkningen som helhed, og blandt kræftpatienter og deres nærmeste er det almindeligt at lede efter den psykologiske »årsag« til sygdommen og/eller sygdommens sejr over det enkelte menneske.

Set i dette perspektiv kommer en bog som Thomas Niensens som en – lidt tør – befrielse. En befrielse er den, fordi der her kommer videnskabelige undersøgelser frem, som tages alvorligt op til overvejelse, sådan at man ikke kan undgå at fæste lid til forfatterens konklusioner. Lidt »tør« er den, netop fordi den ikke er sensationsjagende, men tværtimod grundig og indgående inden for de områder, der tages op til diskussion. Lad det også straks være sagt: Bogen er velskrevet og både oplysende og frugtbar. Desuden er den mulig at læse på kryds og tværs, bl.a. ud fra et glimrende emneindex. Så det er altså ikke nødvendigt, hvis man ikke har behov for det, at gå til bogen fra først til sidst.

Temaet om psyke og cancer følges ved gennemgang af forskning og viden inden for feltet: 1) Stress og kræft (kap. IV), 2) depression og kræft (kap. V), 3) følelsesfortrængning og kræft (kap. VI) og 4) personlighed og kræft (kap. VII). I de enkelte kapitler tages stilling til både teoretiske og metodologiske problemer i den gennemgåede litteratur, ligesom et enkelt kapitel (kap. III) direkte diskuterer metodeproblemer i kræftforskningen. Endelig refereres det videnskabshistoriske forløb i tænkningen om psyke og kræft med henvisning til centrale teorier på området (kap. II), og Thomas Nielsen gør sig afslutningsvis (kap. VIII) overvejelser over, hvorvidt og hvordan man gennem bl.a. psykologisk intervention kan påvirke kræftsygdommes udvikling.

Om »Den redaktionelle struktur« (s. 42f) i bogen skriver Thomas Nielsen i sine overvejelser over fremgangsmåden i en omfattende bog som denne: Skal man gå kronologisk til værks, eller skal man i stedet tænke på, hvilke »positive og negative« fund, der vejer tungest. Skal man gå efter metodologisk stringens eller teoretiske hypoteser – eller måske begge. Thomas Nielsen har valgt at gå efter de teoretiske hypoteser som styringsprincip. Pædagogisk kan det have svagheder, som Thomas Nielsen også selv nævner i forbindelse med andres skrifter, idet man kan have vanskeligt ved »at vurdere betydningen af de forskellige psykologiske faktorer, der dukker op i forskellige sammenhænge på tværs af de anvendte undersøgelsesmetoder« (s. 43). Som læser kan man da også føle sig hårdt prøvet af forsøget på at gennemskue de mange undersøgelser og teorier, der træder ind over hinanden eller endog træder hinanden over tærerne. Ikke mindst i så omfattende et værk som det, Thomas Nielsen her

præsenterer os for.

Thomas Nielsen hjælper dog læseren på vej gennem læsningen med klart og godt beskrevne overvejelser over undersøgelser, teori og metodologi undervejs i de enkelte kapitler. Hypotesernes baggrund og relevans tages op, ligesom de enkelte undersøgelser bidrag til sagen og deres metodiske holdbarhed også fortløbende diskuteres. Tidlige (ikke nødvendigvis udtjente) teorier præsenteres forud for de seneste resultater, og svagere holdbare resultater forud for stærkere. Det er den kronologi, Thomas Nielsen har lagt til grund for sin bog (s. 44).

Det er der kommet et godt pædagogisk lærestykke ud af. Når man har læst Thomas Nielsens bog, er man i alt fald godt hjulpet med hensyn til, hvad der er skrevet om sammenhænge mellem psykologiske faktorer og kræft – i nævnte rækkefølge, og inden for de 4 temaer, Thomas Nielsen tager op til diskussion. Når det drejer sig om stress, depression, følelsesfortrængning og personlighed og disse forskellige forholds indvirkning på kræftsygdom, synes alle relevante undersøgelser at være taget op til grundig bearbejdning. I sine konklusioner henviser Thomas Nielsen til alle de forbehold, som er nødvendige for en videnskabelig vurdering af eksisterende undersøgelser. Og den »hurtige« læser kan i opsummeringerne af de enkelte afsnit se, om der her er noget at gå nærmere ind på. Nogen enkel løsning byder Thomas Nielsen dog af gode grunde ikke på. Hans konklusioner er forsigtige, men peger dog i overvejende grad på, at der kan ligge en psykosomatisk sammenhæng til grund for kræftsygdommes udvikling.

Et af de forhold, Thomas Nielsen flere gange vender tilbage til, er spørgsmålet om, hvorvidt der faktisk er tale om en psykosomatisk (psyke til sygdom) eller somatopsykisk (sygdom til psyke) forbindelse. I sin diskussion af empiriske undersøgelser viser han bl.a. hen til dette meget relevante spørgsmål i forbindelse med den postulerede sammenhæng mellem personlighedstræk og kræft (s. 315). Får man kræft af at være depressiv, eller bliver man depressiv af at have kræft? Så enkelt stiller Thomas Nielsen ikke spørgsmålet, og i øvrigt tager han de metodemæssige problemer ved de undersøgelser, der har gået ind på dette spørgsmål, op i metodekapitlet (kap. III). Men tvivlen rejser han på velfunderet grundlag. Han finder ikke, at der på det eksisterende grundlag er nogen substans i tanken om, at særlige »personlighedstyper« er særlig udsatte for at få kræft.

Men problemet om, hvorvidt følelsesfortrængninger (altså ikke personlighedstyper) kan have betydning for kræftsygdommes udvikling, ser han til gengæld som lidt mere afklaret (omend stadig med ovennævnte forsigtighed):

»På trods af disse uafklarede spørgsmål [Thomas Nielsen fremhæver her adskillige centrale, HA], må det dog konkluderes, at forskningen alt i alt har leveret en nærmest entydig og omfattende støtte til følelsesfortrængnings-hypotesen«. Og idet Thomas Nielsen videre henviser til,

hvilke krav om videnskabelig holdbarhed der stilles medicinske undersøgelser, der støtter eller ikke støtter andre fund, konkluderer han i dette kapitel: »En medicinsk hypotese [a. rygning og lungekræft, b. mad og brystkræft, HA] der støttes af 31 ud af 34 undersøgelser, vil blive betragtet som en meget sikker og velunderbygget hypotese. Der er ingen grund til at stille strengere krav til en psykosomatisk hypotese. Det er i øvrigt tvivlsomt, om der i hele den psykosomatiske litteratur findes en hypotese eller 'lovæssighed', der er blevet mere bekræftet af forskningen end den her omtalte hypotese om følelsesfortrængning som mulig cancerfaktor« (s. 273).

Det kan diskuteres, om Thomas Nielsens konklusion på baggrund af de inddragne undersøgelser holder stik. Men det synes nærmest indiskutabelt, at han på den mest redelige vis inddrager den litteratur, der er relevant for de diskuterede områder.

Thomas Nielsen har i slutningen af sin bog et kapitel, hvor psykologers eventuelle funktion i forebyggelse og intervention tages op (kap. VIII). Det er ikke kun et programmatisk efterskrift men – igen – en sober gennemgang af undersøgelser og teorier, der kan eller ikke kan være bidrag til det videre arbejde med psykologisk forebyggelse og behandling af kræftsygdom. Her peger han på de nyeste undersøgelser, som viser, at psykologer og andre behandlere kan have en væsentlig funktion i forebyggelse/bremsning/helbredelse af kræftsygdom.

Er læseren klart psykoanalytisk tænkende og har sin rod i den psykosomatiske tradition, der ligger her, kan man sikkert savne en tilkendegivelse af, at denne tradition har givet noget væsentligt til forskningen. Thomas Nielsens ærinde er at vise, hvad forskning frem for eventuelt gode ideer har at byde på. »Traditionelle« psykoanalytikere får derfor heller ikke stor plads, udover at nogle omtales i det historiske afsnit i bogen. Det lider fremstillingen ikke skade ved, og selve sagen – spørgsmålet om sammenhængen mellem psyke og kræft – heller ikke. Derimod kan sagen måske lide lidt skade ved, at bogen er så individualpsykologisk, at væsentlige teorier om social støtte og coping ikke inddrages i nævneværdig grad.

Både social støtte og coping er begreber, der aktuelt dukker op i snart sagt enhver sammenhæng, hvor ikke kun sundhedspsykologer men også socialmedicinere og beslægtede fagfolk udveksler erfaringer. Det synes som om, man næsten er enige om, hvilken betydning sådanne begreber skal tillægges i forhold til i alt fald mortalitet og (ikke nødvendigvis, men måske nok alligevel) morbiditet. Men hvad der ligger i begreberne er vanskeligere at afgøre. Selv om Thomas Nielsen inddrager begge begreber, viser allerede et kig på litteraturlisten en begrænsning. Centrale forfattere inden for coping-traditionen, som f.eks. Lazarus og Bandura er beskedent repræsenterede, sidstnævnte især med »kun« nogle af sine overordnede værker om »social learning«. Hans senere arbejder/artikler om »Self-Efficacy«, som aktuelt er meget anvendte i sundhedspsykolo-

giske og socialmedicinske kredse, både teoretisk og empirisk, kunne man godt have ønsket sig en diskussion af. En tredje coping-teoretiker: Aaron Antonovsky, som tiltrækker sig bred interesse inden for feltet, nævnes ikke overhovedet.

Om social støtte skriver Thomas Nielsen lidt mere omfattende, og her er da også henvisning til nogle af de centrale teoretikere/empirikere som hhv. Kobasa og Cohen. Men rigtigt inddraget i perspektivering bliver de eller begrebet som sådan ikke, ligesom man her også kunne savne andre centrale navne som f.eks. Wortman eller Broadhead som bidrag til overvejelserne over psyke og kræft.

Selve bogens sag, »psyke og kræft«, ville have vundet ved i højere grad at inddrage disse mere socialpsykologiske områder, som coping og social støtte er. På den anden side set ligger der allerede i bogen, som den er, et imponerende og meget omfattende videnskabeligt arbejde. Det, bogen tager op til diskussion, kan der næppe sættes fingre på. At den ikke tager alt andet op, kan man ærgre sig over, ikke klandre den for. Den burde blive et »must« for nutidens interessenter i sundhedspsykologi.