




Vill du veta mer om MS – multipel skleros?

Böckerna finns på
Sjukhusbiblioteket
Länssjukhuset Ryhov
Maj 2024

<https://folkhalsaochsjukvard.rjl.se/sjukhusbibliotek>
biblioteket.jonkoping@rjl.se



Böcker

Att leva med sjukdom (Siv Söderberg (red.)

(Studentlitteratur, 2014)

Här finns ett kapitel som heter ”Att leva med multipel skleros”.

Berner, Ida: Mitt år med MS - är jag botad nu?

(Idus förlag, 2017)

Mitt i livet drabbas Ida av en galopperande MS. När hennes kropp är nära att ge upp möter hon en läkare, Jan. Han har väntat på någon som är i så pass dåligt skick att det är värt att prova en riskfylld behandling som i värsta fall leder till döden. Behandlingen, en blodstamcellstransplantation, har hittills inte utförts på någon med MS i Skandinavien. Ska hon bli först ut?

Följ mig på min resa, min personliga berättelse om dödslängtan och skratt, morfintrippar, flygande peruker, personlighetsförändring, syskonkärlek, komplicerad kärlek, mandelkubbsdoft, fantastisk vård och en längtan efter den där vardagen som så många gör allt för att komma ifrån.

Ernemo, Barbro: My-Elins mamma har MS

(Merck AB, 2018)

Boken riktar sig särskilt till yngre barn som har en förälder med Multipel skleros (MS). I boken får vi följa My-Elin och hennes MS-sjuka mamma.

Fagius Jan m.fl: Multipel skleros.

(Karolinska Institutet University Press, 2007)

Det här är en bok skriven av några av vårt lands främsta experter om vad forskningen om MS säger och hur den gör det möjligt att bättre förstå och behandla sjukdomen.

Hansson, Anette: Yoga för dig med neurologisk diagnos - livslust och framtidstro

(Myelinyoga, 2015)

Författaren har inspirerats av mediyoga (medicinsk yoga) och sina egna erfarenheter av en MS-diagnos mitt i livet tagit fram såväl yogapass som fristående övningar och meditationer som kan gagna den som drabbats av multipel skleros. De övningar boken tar upp kan utföras i rullstol, i sängläge eller på golvet - alltefter allmänna förutsättningar och dagsform. Instruktionerna är tydliga och lätta att följa. Enstaka flerstegsövningar kan dock vara lättare att utföra om man får instruktionerna upplästa.

Hoffsten, Louise: Blues

(Bokförlaget DN, 1998)

Här beskriver sångerskan tiden omkring då hon fick sin diagnos MS. Det är med visst motstånd som sångerskan Louise Hoffsten söker sig till läkare för yrsel och känselbortfall. Efter att ha blivit lämnad av sin stora kärlek är hon övertygad om att hon lider av hjärtesorg. När hon får diagnosen MS, multipel skleros, har hon svårt att acceptera det.

Trots att vägen är fylld av motgångar ger hon inte upp och till slut hittar hon precis det hon behöver, nämligen ett skivbolag som ser hela hennes potential och som är villigt att satsa på hennes musik. Efter alla bakslag ser hennes lycka ut att vända och med större avstånd till sin skilsmässa och ny medicin kan hon äntligen börja blicka framåt igen.

Hoffsten, Louise: En näve grus

(Forum, 2015)

Detta är hennes andra biografi. I *En näve grus* är tonen en annan än i förra boken, borta är vanmakten och ilskan, kvar finns kämpaglöd och acceptans. Det är en bok skriven av en människa som genomlevt en mängd svårigheter och som kommit ut på andra sidan, eller rättare sagt, är kvar i svårigheterna, men har lärt sig hantera dem på ett konstruktivt sätt.

Landtblom, Anne-Marie: Att leva med MS - ett studiecirkelmateriale om multipel skleros

(Schering Nordiska, 2005)

Författarnas syfte med studiecirkeln var att man skulle lära sig mer om sjukdomen och att lära sig leva med sjukdomen och få ett så bra liv som möjligt.

Träff Catrine och Levi Richard: Ett sista tabu? – en bok om MS och kognition

(Rehab station Stockholm, 2009)

Den här boken vill belysa just de kognitiva problemen vid MS. Idag är vi medvetna om att kognitiva förmågor kan påverkas vid MS och mörkertalet med dessa problem har därmed minskat. Medicinska, hjälpmedelstekniska, miljömässiga och filosofiska strategier att bemästra problemen beskrivs i den här boken. Skriven av arbetsterapeuten Catrine Träff och Richard Levi, specialist i neurologi och rehabmedicin.

115 frågor och svar om MS

(Rehab Station Stockholm, 2007)

Boken bygger på frågor och svar. I förordet uppmanas läsaren att bara läsa det som är intressant, en bit i taget. Det finns kanske frågor som inte är relevant för just dig.

Länkar

Neuroförbundet

<https://neuro.se/diagnoser/ms-multipel-skleros/>

Här finns bland annat personliga berättelser om hur det är att leva med MS

Hjärnfonden

<https://www.hjarnfonden.se/om-hjarnan/diagnoser/ms/>

Karolinska institutet

<https://ki.se/forskning/tema-multipel-skleros>

MS

<https://www.multipelskleros.nu/leva-med-ms/andra-med-ms.html>

För dig som lever med MS.

1177

<https://www.1177.se/Jonkopings-land/sjukdomar--besvar/hjarna-och-nerver/nerver/multipel-skleros--ms/>

1177 är hela Sveriges samlingsplats för information och tjänster inom hälsa och vård. Du kan besöka 1177.se, logga in för personliga e-tjänster och ringa 1177 för sjukvårdsrådgivning. 1177 är ett samarbete mellan Sveriges regioner.

