



Nyhetsbrev nr 1 2004 - beteendemedicin

1. Beteendemedicin

Vi har haft den stora, starka visionen om folkhemmet framför oss under största delen av 1900-talet. Detta är vi tämligen ensamma om i världen. Visst har det varit bra, för vi har väl fått det bra, eller? Men varför är vi sjukskrivna då? Är det våra vanor och vårt beteende som gör oss svenskar sjuka? Är det kanske våra livsmål det är fel på? Eller är det kanske bristen på livsmål som är problemet? Inom det förhållandevis nya, men mycket expansiva forskningsområdet beteendemedicin, arbetar man med att handleda människor i förändring, såväl fysiskt som psykiskt. Målet är att skapa samverkan mellan mental friskvård och kroppsligt inriktade beteendeförändringar. Läs mer på: <http://www.margaretaivarsson.se>

2. Hälsosegregationen har gett oss en växande klass hälsofattiga!

Om praktiskt hälsoskapande och beteendemedicin.

En stor grupp av "hälsofattiga" människor, som fastnat i en hälsovådlig livsstil, har gett oss en ny underklass i Sverige. Livsstil och personlig förmåga har fått större betydelse för vår hälsa. Läs hela artikeln ur tidskriften Medikament här:

<http://www.medikament.nu/PDF-filer/1-01/Medik%20nr%201%208-10.pdf>

3. En underbar värld, eller?

Några tänkvärda ord, såhär efter vårt julfirande, där julhandeln slog nya rekord. En ögonöppnare, om du vill byta perspektiv för en stund. Läs mer på:

<http://www.lanternan.org/pdf/bidrag/Essoell.pdf>

Margareta Ivarsson
Lynga Strandbacka 110
311 98 Glommen
tel. 0346-944 52, 073-775-60 02
margareta.ivarsson@mailbox.calypso.net



Illustration av Brita Wanngård