

Personlig og ærlig fortælling om at leve med helbredsangst

Kasper Birch: Jeg er syg, men fejler ikke noget

"Jeg var fuldstændig overbevist om, at jeg havde fået en dødsdom og at det hele var slut, selv om der ikke på noget tidspunkt var nogen læger eller nogen i min familie, der så tegn på, at det skulle være tilfældet." Sådan skriver Kasper Birch i sin bog *Jeg er syg, men fejler ikke noget*, hvor han levende og ærligt fortæller om at leve med voldsom helbredsangst.

Helbredsangst eller sygdomsangst er en angstlidelse, hvor man er plaget af frygt for at have eller få alvorlig sygdom. Det skønnes, at omkring 150.000 danskere lider af helbredsangst.

Lidelsen, som man engang lidt nedsættende kaldte hypokondri, kan være svært belastende og går ofte ud over livskvaliteten, arbejdslivet og parforholdet.

Bevæbnet med nysgerrighed, selvindsigt og humor forsøger Kasper Birch med hjælp fra blandt andre en hjerneforsker, en præst og en psykolog at forstå, hvorfor han blev ramt, og hvordan han kan lære at leve med lidelsen.

Jeg er syg, men fejler ikke noget giver helbredsangste en større forståelse for deres lidelse, og pårørende et unikt indblik i, hvordan lidelsen opleves indefra.

Kasper Birch, født 1976, er uddannet fra Den Danske Filmskole og arbejder i tv-branchen som klipper og instruktør. Han har i mange år lavet tv-satire og comedy, senest 'Tæt på sandheden' på DR med Jonatan Spang.

Kasper Birch:

Jeg er syg, men fejler ikke noget

160 sider

Forlagets pris: 199,95 kr.

Udk. d. 19. april 2021