

Den daglige fare

Sundhed og sygdom, alvor og underholdning, almue og overklasse i J. C. Todes sundhedsoplysende tidsskrifter

Af Signe Mellemggaard

»Mennesket lever og svæver imellem de største Sundhedsfiender, ja endeel af disse har det i sit eget Legeme og i sit eget Sind. Ei allene Spiise og Drikke, Luft og Veirligt, Klæder og Prydelser, Forretninger og Forlystelser, Bevægelser og Hvile, Søvn og Vaagen, Legemets Stilninger og Leie, men ogsaa dets Udkastelser, Forstoppelse og forskellige Forandringer, ja Sindets Arbejde og Bevægelser, sætte vor Helbred dagligen i Fare«.

Sådan skriver lægen Johann Clemens Tode i sit blad *Sundhedstidende*, onsdag den 20. jan. 1779. Det er med konstant fare for liv og forlighed, at mennesket lever sit daglige liv, omgivet som det er af allehånde trusler. Livet er en stadig balancegang mellem de mange forskellige sundhedsfjender; hver dag har sine farer og fristelser. Det er i denne labyrint af faldgruber og snarer for sundheden, hvor selv små fejltrin får store konsekvenser, at Tode med sin sundhedsoplysning vil vise sine læsere vej. Fornuft og oplysning skal afværge alle disse tings skadelige effekter – og »føre deres gode Egenskaber ret til Nytte«. Med alle disse voldsomme farer, disse lurende fjender, han kunne se overalt i menneskets omgivelser, er det ikke underligt, at Tode valgte at vie en stor del af sit liv og et tusindtal af sider til bekæmpelsen af sundhedsfjenderne og uvidenheden om dem.

Netop i de sidste tre årtier af det 18. århundrede så Europa en bølge af sundhedsoplysende litteratur, og i Danmark regnes Tode ofte for den første egentlige sundhedsoplyser (1). Han var født i Tyskland i 1736, men kom som ganske ung i barberkirurglære i Danmark. Senere blev han den danske konges rejsekirurg og tog i 1769 den medicinske embedseksamen. I 1771 blev han hofmedikus og snart derefter professor ved universitetet. De første mange år af sit professorat var han dog ulønnet og ernærede sig som praktiserende læge og som skribent, både af medicinsk faglige, af populærmedicinske og af skønlitterære værker (2).

Todes populærmedicinske skrifter er meget omfattende. Dels oversatte

han en række populære bøger, som blev forsynet med hans udførlige kommentarer, dels var han selv forfatter til en række tidsskrifter, som bestandigt dukkede op under nye navne. Her drejer det sig først og fremmest om Todes *Sundhedstidende* fra årene 1778-1781 og dens arvtagere: *Nye Sundhedstidende* 1782-83, *Sundhedsblade* 1785-86 og *Sundhedsbog* 1789-90 (3). Tode var uhyre produktiv, og hans skrifter bærer i nogen grad præg af, at han var mere optaget af at meddele sig, end af at skabe stringens og kohærens i produktionen.

Næsten alle Todes publikationer sigter mod en dannet læserskare; selv lagde han ikke skjul på, at han foretrak at skrive for et elitært publikum (4). Blade som *Sundhedstidende* er også tydeligvis rettet mod et veluddannet publikum med kendskab til fremmedsprog og med en velsitueret livsstil, som også det følgende vil antyde. Den eneste undtagelse udgør hans oversættelse af B.C. Fausts *Sundheds-Catechismus* »heel igiennem omarbeidet og mangfoldigt forøget«, som retter sig specifikt mod landalmuen.

Det, som er det egentlig interessante ved Tode, er, at dette sundhedsoplysende projekt, som hans virke var del af, i så høj grad har været med til at forme den moderne forståelse af mennesket – samtidig med, at den er et tegn på samme. Tidligere var opmærksomheden mod kroppen langt mindre, og kroppen betragtedes tilmed ofte som fjende, tilbøjelig som den var til dovenskab og svir (5). Det var i Todes levetid, at begyndelsen blev gjort til det moderne samfund med dets forståelse af individet og dets sundhed og ydedygtighed. Selvom Todes skrifter, når man læser dem, på mange måder virker arkaiske, så er hans rationalitet alligevel modernitetens med dens opprioritering af liv og sundhed og med dens på én gang kropsdyrkende og kropsdisciplinerende tendenser. Todes billede af liv og sundhed er i hovedsagen den, som stadig gælder.

I oplysningstiden begyndte sygdom og sundhed at blive opfattet i mindre grad som bestemt af skæbnen eller Gud – og i stigende grad som tilgængelig for menneskelig handling (6). Det var i Todes tid, at de første skridt blev taget til samfundets medikalisering, dvs. det, at problemer i stigende grad er blevet tolket som medicinske, og at løsningerne i stigende grad er blevet søgt i den lægelige ekspertise. Tode kan selv ses som én, der kom til at bidrage til medikaliseringen, men han var samtidig, som jeg vil vise, klar over den medicinske vidensmonopoliserings problem.

Artiklen her vil handle om sundhedsoplysningen som et samfundsmæssigt, normtilskrivende fænomen. Jeg vil se på, hvordan denne tidlige danske sundhedsoplysning forstår sundhed og på, hvordan sundhed bliver til målestok for alt mulig andet. Artiklen skal belyse de idealer, der ligger implicit i Todes sundhedsoplysning, på de billeder af menneskets rolle i samfundet og de billeder af det gode liv, der kommer til udtryk i den.

Sundhedstidende,

Indeholdende

fattelige Oplysninger og nyttige Efterretninger
om Livs og Helbreds Farer og Redningsmidler.

Tredie Aargang. Onsdagen den 2. Maj 1781.

Om Frikadeller.

Af alle de Skabninger, som sættes paa Prøve, udstaaer ingen saa haarde, som en ædervant Mave.

„Om Forskædelse; at jeg salder Dem i Tale: er en Mave, saadan som christne Folk her i Kiebenhavn have helst, ogsaa en Skabning?“

Sa visseligen ere Kiebenhavnernes Mavet Skabninger, ligesaa vel som islandske Rundemavet. Dersom vore Mavet ikke vare skabte af Gud; dersom de vare en Konspiredukt, som man kunde kiebe for Penge: saa lode vi os i Sandhed ikke neie med dem, saadanne som de ere; vi lode dem vist giøre stærke og rummeligere, af gode forsværkelige Materiatier, og forskuede med beqvemme Indretninger, s. Ex. at kunne skides ud som en Seng, saa at man kunde føre sig et Giarstebud ret til Nytte. Hille-mænd! dersom vore Vædere kunde faae Mavet giorte hver efter sin Lust, saa vilde

det være et herligt Haandværk, at være Remmesuider; thi de fleste bleve dog nok giorte af Hestklæder.

Men lad os ikke glemme hvad vi vilde sige. — Mange og svære ere de Prøver som en Hest maae igjennemgaar, allerhelst en Husarhest. Førend saadant et Dyr bliver ret oplært og vant til Manøvrerne, vauker der mangen en suur Øvelse og mangen en haard Døst.

Men hvad er: alt det en Hest maae taale, imod det man paabyrder en flakels Mave? Har denne vel nogen Røse eller Hvile? Maae den ikke bestandigen trække, slide og slæbe? Tænker man ikke dagligen paa nye Maader at tuule og trætte den?

Disse nye Opfindelser ere ganske overskødige; de gamle kunne giøre det tungt nok. Een af de suueste Plager, som i lang Tid have været brugelige og hvorved mangen en Mave er gaaen til Grunde, er den vels bekendte Ret, Frikadeller.

Mådelighed og ordentlighed – det sunde livs vigtigste forudsætninger

Det er ikke førend i det sene 18. århundrede, at sundheden i sig selv bliver et diskursivt objekt; først nu kan sundheden og dens betingelser for alvor analyseres – og bliver det i mangfoldige værker. Sundhedsforskrifter er nemlig ikke længere kun aktuelle, når man er syg, men er til stadighed noget, man må tænke på, for at man kan bevare sig sund. Denne insisteren

på den konstante bekymring er et fælles træk for denne tidlige sundhedsoplysning. Det sene 1700-tals populærmedicin har rødder i de antikke forfattere og middelalderens diætetik (7), men nyt er sundhedens kraftigt forstærkede aktualitet, sundhedsoplysningens optagethed af sundhedens bevarelse og den nøje vurdering af alle menneskelivets detaljer.

Som mennesket nu »lever og svæver imellem de største Sundhedsfiender«, så må det, for at bevare sit helbred, udvise en agtpågivenhed i alle livets aspekter: i kost og påklædning, fornøjelser og udsvævelser, bevægelse og omgang med andre. Alt har en relation til sundheden, og alt må rationelt reguleres. Hvordan skal mennesket da leve for at vedligeholde sin kostbare sundhed? Hos Tode, ligesom så mange af tidens udenlandske sundhedsoplysere, er nøgleordene ordentlighed og mådelighed (dvs. mådehold). Dét skal der være både i indtagelser, i påklædning, hvile og kroppens og sindets bevægelser og arbejde. For mad og drikke gælder det først og fremmest om ikke at sætte for store mængder til livs – en uhyre almindelig forbrydelse mod sundheden, skal man tro Tode, og tillige én, som indebærer store farer for sundheden: »Derfor [ved at overfylde sin mave] har saa mangen een betalt et got Maaltid med Livet« (8). Men ikke alene må føden ikke indtages i for store mængder, den må heller ikke være for sammensat, for blandet og slet ikke for krydret – for det vil medføre irritation og allehånde deraf følgende sygelige forandringer (St: 426). Den sunde kost er altså den simple, jævne, usammensatte kost, og den må, for at have sin sunde virkning på kroppen, indtages til ret tid; ikke for ofte, ikke for sent – men netop: til ret tid.

Mådehold må også gælde for søvnen. Nok er søvnen en forudsætning for arbejdet om dagen, men man bør ikke sove for meget, endelig kun om natten, som jo netop er bestemt til at sove i, og farligt for sundheden er det at ligge og drive i sengen om morgenen (fx. St: 578).

Sindsbevægelser har også stor betydning for sundheden. Et glad sind er forudsætning for at vedligeholde sin sundhed; heftige lidenskaber af forskellig art, derimod, er undergravende for den. Man må derfor vogte på sit humør; munter må man være, men ikke overspændt. Legemlig bevægelse og kropsligt arbejde virker styrkende for alle kroppens processer, fordøjelsen ikke mindst. Men de kropslige udfoldelser må ikke være for heftige, fordi de da snarere er til fare for sundheden. Af alle legemsbevægelser er spadseren derfor den »naturligste, den tienligste, og den hvortil det menneskelige Legeme meest er indrettet og bestemt« (9). En passende kølighed i boligen og ikke for varme klæder hænder og styrker legemet, særligt fordi de hindrer de opstigelse af blod til hovedet, der er så farlige.

Når regelmæssighed i levevisen er så vigtig, og når der bestandig må udvises agtpågivenhed overfor madvarernes karakter og deres tilberedning,

så bliver en ordentlig husholdning en afgørende forudsætning for et sundt liv. Ægteskabet og familien bliver derfor af største betydning som ramme for hverdagslivet. Kvinderne bliver her garanter for den rette pleje af de små børn og forvaltere af husholdningen: »O I priisværdige Mandinder... Under Eders skarpe Øine ere Gryderne reene og Maden ubeblandet. I vaage over Eders Tienestetyendes Fingre og Eders Mænds Helbred« (St: 183). Uordentlighed i de huslige forhold kan derimod få slemme følger; er maden ikke klar til tiden, fører det let til både dårlig appetit og fylderier, og dermed til fordærvede væsker i maven og sygdom (St: 406).

Todes ideelle menneske er det arbejdende, velordnede, gennemregulerede. Det er et portræt af det borgerlige menneske, han tegner; et liv med virkelyst og borgerlig enkelhed, en – med et Webersk ord – zweckrational livsordning.

»De farer, som ideligen true Liv og Sundhed« – *den stadige bekymring for helbredet*

Det er karakteristisk for sundhedsoplysningen i disse sidste årtier af det 18. århundrede, at sundhed er blevet til noget, der vedrører alt. Der findes næppe ting, der ikke lader sig vurdere ud fra et sundhedsperspektiv. En ny verden har åbnet sig for det lægelige, vurderende øje. Ingenting kan længere være uden betydning for sundheden, alt må nu vurderes og falde enten til den ene eller den anden side: være enten sundhedsfremmende eller sundhedsskadeligt. Intet emne er hos Tode for lille til at blive grundigt behandlet i en vurdering af betydningen for sundheden. Således den stadige bekymring for den rette aftensmad: ikke bare må mængden være rigtig (dvs. ikke for stor), men den må også have den rette sammensætning og serveres til rette tid, hvis ikke det skal gå ud over fordøjelse og nattesøvn (fx St: 329f). De enkelte retter kan også blive genstand for behandling, som når Tode beskriver de plager, der følger af gåsesteg, men også har en artikel om, hvad man skal gøre, hvis man alligevel ikke har kunnet modstå fristelsen til at spise sådant (10). En unaturlig ret er frikadeller, »een af de suueste Plager, som i lang Tiid have været brugelige og hvorved mangen en Mave er gaaen til Grunde« (St: 755). En længere artikel i *Sundhedstidende* behandler nathuer, hvis skadelighed beror på, at blodet strømmer til hjernen, og således disponerer til »Apoplexie, Forstandssvagheder og Feil i Sandserne« (s. 569). Lidt ejendommelig er i vore øjne Todes bekymring for springvandet i Rosenborg Have; her findes et springvand uden rækværk og tilmed med en blød bund af ler, som udgør en druknerisiko for Københavns (overklasse-)børn, særlig når deres ammer og barnepiger er optaget af at sladre med hinanden – sådan som de jo har for vane (11). Dette sidste er i denne

forbindelse ikke bare et moralsk problem, men repræsenterer altså også en umiddelbar legemlig fare.

I slutningen af det 18. århundrede, det ser vi hos Tode, er sundhed ikke længere noget, som enten er der eller ikke er der, den er ikke længere et resultat af en uforanderlig skæbne, men noget, som mennesket i høj grad kan påvirke, og som kræver konstant bekymring. Sundheden er blevet et problem (12), som må forvaltes rigtigt, og hvis forvaltning kræver både en udbredelse af viden og en intervention i samfundsindretningen af dem, der besidder ekspertisen. Lægerne skal nu ikke længere som tidligere i historien blot tage sig af de syge; de skal også tage sig af vidensformidling og sundhedens rette forvaltning. Intet i folks levevis – eller for den sags skyld i byens udformning, i administrationen af offentlig hjælp, skoler og fængsler el.lign – bør længere undgå den årvågne læges kritiske blik.

»At gavne og fornøje« – *sundhed og underholdning*

Nok er sundhedsoplysning dødelig alvor, men dens underholdningsværdi er alligevel ikke ringe. Eller måske er den netop derfor ikke ringe. I *Sundhedstidende* er det Todes udtalte ønske både at oplyse og underholde. Stoffet skal være underholdende, artiklerne korte og letlæste, og indimellem skal der være strøet anekdoter. *Sundhedstidende* er blandt andre ting et raritetskabinet af kuriøse hændelser, mennesker, der har opnået særlig høj alder, rekorder i grovæderi osv., osv. Små anekdoter har ikke kun den funktion at fylde pladsen i bladene op, men er også altid led i Todes argumentation. De omhandler tildragelser i lægegerninger, særlige snarrådige og dygtige læger, men meget ofte drejer det sig om fortællinger om fuskere og kvaksalvere, som groft udnytter et godtroende publikum. *Sundhedstidende* vil gerne bibringe publikum en evne til at skelne mellem de falske kvaksalvere og de rigtige læger, hvis kvaliteter er så mangfoldige. Tode fortæller eksempelvis historien om kvaksalveren, der reklamerede med, at han kurede stammende, men som selv stammede. Han blev af sin patient spurgt: »Dededede vil kukukukurere andre og de kakakakan ikke kukukukurere sig selv« »Jejejejeg kukukukunde gierne kukukukurere mig selv, det forstaa-staastaastaer sig; men hvevevem skuskuskuskulde betatatatale mig for min Umage?« (St: 320). Og således åbenbares i anekdoterne kvaksalvernes sande, pengegridske væsen.

Også *Sundhedstidendes* brevkasse bliver udnyttet til underholdende nok så meget som til oplysende formål. Undervejs i de tre års *Sundhedstidende* 1778-81 opfinder Tode et helt persongalleri af spørgere, som kan stille de spørgsmål, han ønsker at give svar på. Det består f.eks. af den lidt tung-

nemme Jacob Næmmeløs (s. 204), som ikke fatter Todes eufemistiske hentydninger til kønslivet og derfor kræver en forklaring; den lidt mistroiske Povel Misocriticus (s. 204), som tvivler på ægteskabets sundhedsværdi; den ukunstlede Caroline Sandfærd, som klager over den herskende, unaturlige mode (s. 702); den bekymrede Knud Jernhue (s. 770), som gerne vil have rede på æblegrødens betydning for sundheden og den »halvfortrydelige Læserinde« Øllegaard Humlekjær (s. 496), som besværer sig over københavnernes stigende forbrug af vin – formodentlig fordi det skader hendes egen forretning. Underfundigheden understreger Tode, når han undskyldende daterer et par af brevene senere end de numre af Sundhedstidende, de optræder i.

Nogle af brevene har Tode brugt til at illustrere den træghed, sundhedsoplysningen er oppe imod: den udbredte uvidenhed og overtro – ikke mindst i samfundets lavere lag og blandt kvinderne – som når Tode opfinder den naive, simple, forfængelige og noget sludrevorne »Jomfru O.P.O«, som i sit temmelig ubehjælpsomme sprog og med sin noget uortodokse stavning spørger (s. 152):

»HøyÆdle Og Høylærte HEr Professor!

Jeg Beder de Tager min dristighed Ilde op at Jeg Udbeder mig den godhed at de vil skrifve I deres Suneds Tiende et par Or Om deres Oprigtige mening Om det er Sandt folk Sier man faar aldrig Sin faarige fare Igien naar en er Blefven Inokileret (13) Jeg kan ikke negte Jeg kiender en vis person Som har ganske mistet Sin kulør efter Inokilasjonen Omenskønt Somme Sier at hun har vaaren Ude paa amalien Borg Sien det skulle Giøre mig meget Undt Om Jeg skulle miste min fare Ti vær man Sier den er mangfoldig til min Avindtase Og Om Jeg Sæl skal Sie det den har Ofte Opvakt stor skalesi hos visse personer være det ville overmaade Sang Siblet for mig Om disse Bleifiser skulle faa røvangse over mig I vor vel det I Sig Sæl kan være det Samme ti det er ikke vær at dylle vad hele Byen veed at Tale Om at Jeg skal have Bryllop naar Jeg har staat til Konfermasion min Kæriste er saa parteret for mit ansigt saa det er forskrækkeligen Og vil akselut jeg skal lade mig inokilere vilket Jeg dog ikke Tør vove förin de Sier mig en Slags akseranse at jeg beholder min fare hver saa God Og fabricer mig med et Svar i deres Suneds Tiende da Jeg bestandig forblifver

deres beredvillige
Tienerinde
O.P.O.«

Den underholdningseffekt ved sundhed og sygdom, som ugebladene af idag lever af, udnyttede Tode allerede. Men idag ser sundhed ud til at være blevet et for alvorligt emne til, at man kan skæmte med det, og sundhedsoplysning og underholdning kan ikke blandes altfor demonstrativt sammen.

»...og disse Udsigter ere deres eget Arbeide« – *sundhed og selvansvarlighed*

Selvom sundhed bestemt har underholdningsværdi, så er sundhed hos Tode ikke (bare) til at spørge med; det er også en af menneskelivets mest centrale værdier. Todes – og hele den tidlige sundhedsoplysnings – ærinde er at skabe en generel opvurdering af sundheden i publikums forestillingsverden; folk skal lære at værdsætte den ikke-misrøgtede menneskekrop og at sætte pris på sundheden. Flere steder i Todes skrifter optræder sundhed som noget med en værdi højere end alt andet; helbredet er »det dyrebareste paa Jorden« (14). Men sundhed er ikke et mål i sig selv, men derimod et middel til noget videre: sundhed skal til, for at man kan opfylde sine borgerlige pligter, at man kan gøre gavn i samfundet, være til nytte for dets øvrige medlemmer. Derfor er der mere fornuft i også at nyttiggøre intellektet fremfor udsigtsløst at dyrke den kropslige styrke: »Overhovede, unge Folkes første og største Pligt er at lære noget. Lad dem heller blive oplyste og skrantne, end fireskaarne og dosmere. Hvad er atletisk Styrke, hvad er patriarchalsk Alder imod Kundskab, imod en oplyst Forstand?« (St: 258). I en kritik af den tyske sundhedsoplyser Ch. W. Hufelands *Makrobiotik* (15) hævder Tode, at man må foretrække en Bonaparte – den aktive, udfarende – fremfor en Cornaro – renæssancens mådeholdsfilosof, som hos Tode bliver symbol på Hufelands ekstensive livskunst. For Tode er det ikke noget mål at forlænge livet, hvis man ikke bruger det aktivt til gavn for samfundet. Hos ham bliver arbejdet sundhedens begrundelse; det er af hensyn til arbejdet, at man skal være sund, og samtidig er det det nøjsomme arbejdsliv, der skaber sundhed. Menneskets kræfter må, ligesom samfundets rigdomme, ikke ligge passivt hen, men stadig cirkulere og investeres:

»Mennesket er født til Arbeide som Fuglen til at flyve og Fisken til at svømme. At virke, at være Andre nyttig, det er Salighed paa Jorden. Eremiterne erkiendes nu for det de virkeligen ere, hellige Dagdrivere. Ethvert Menneske, der ikke arbejder, ikke bestiller noget, kan ansees, som en død Kapital i Skabningen. Magelighed, Ørkesløshed, Dovenskab ere ogsaa af de Synder, som udebliveligen føre deres egen Straf med sig« (16).

Hvor det for de pietistiske forløbere for Tode i midten af det 18. århundrede var af hensyn til Gud, mennesket måtte være sund (17); for at prise Hans værk, så er sundhedsoplysningen i slutningen af århundredet på vej til sekulariseret at forklare sundhedens nødvendighed med fædrelandets interesser (18). Tode søger midelvejen. Han føjer Gud og staten sammen til begrundelse for sin sundhedsoplysning. At være andre nyttig og gavne staten på jordisk vis er del af en overordnet guddommelig plan i Skabningen – sundhed er et verdsligt kald. Mennesket har en pligt overfor Gud og mennesker til at holde sig sund. Kroppen bliver – ligesom kirken er det – både et disciplineringsfelt og en dyrkelsesplads.

Der er ingen tvivl om, at sundhed i Todes sundhedsoplysning i første række er et individuelt problem. Det er den individuelle, private levevis, der er forudsætningen for sundheden, og kun yderst sjældent omtaler han de samfundsbestemte, ydre levevilkår. Tode tager for givet, at hans publikum har en dispositionsfrihed – at den enkelte har mulighed for at organisere sit liv efter eget ønske og egen vilje – og at publikummet er materielt sikret – at ethvert individ har de materielle ressourcer til at udfolde sin livskunst (19). De tiltalte her er de velbærgede af borger- og adelstand. Kun enkelte steder berører Tode de samfundsmæssige hindringer for sundheden, f.eks. de syge fattige; et problem, som han opfordrer sine læsere til at løse gennem privat velgørenhed. Ganske vist roses Franks *System einer vollständigen medicinischen Policey* som en ypperlig bog, men i Todes eget sundhedsoplysende virke har den offentlige forvaltning af sundheden ingen plads. Når f.eks. »Kiøbenhavn fremturer i sit diætetiske Onde« (St: 257) med slemme sygdomme til følge, så er det byens *enkeltpersoner*, der ikke ret overholder naturens og sundhedens regler.

»Gigt og andre Sygdomme, kummerlige Alderdoms Svagheder i de bedste Aar, Ufrugtbarhed eller usle sygelige Børn; ere nu vore unge Folkes glade Udsigter: og disse Udsigter ere deres eget Arbeide« (20).

Hos Tode er sygdom og sundhed folks eget ansvar og er først og fremmest bestemt af deres egen indsats.

»Af Spartanere ere vi blevne Sybariter« – *landalmuen som mønster på det sunde liv*

Sundheden er altså et individuelt problem; Todes skrifter handler ikke om det kollektive ansvar for folkesundheden, men om selvansvarligheden. Men selvansvarligheden har hos Tode ingen asocial slagside, for der er nemlig det ved det, at goderne trods alt er ligeligt fordelt i samfundet. Gud har for-

delt alle gaver lige: »Har een vel meget got i een Henseende, har han des mindre i en anden!«. De rige er mere syge, de fattige mere raske. »Summen er i det hele lige stor hos alle« (21). Alt andet lige er landalmuen altså mere sund. Bondens levevis er enkel og hærdende; han indånder den friske og sunde landluft, hans arbejde styrker krop og sjæl, kosten er mådelig og enkel af den simple grund, at bonden ikke har råd til andet, og almuelivet uden byborgerskabets og adlens mange bekvemmeligheder gør hærdet og sund. I virkeligheden behøver bonden så meget mindre end byens unaturlige livsformer at tage hensyn til diætetikens regler. Når »den ringe Mand« endelig bliver syg, er det af heftige sygdomme; en rasende, men begrænset smerte, mens »den store Verden« lider af skrantenhed, langsommere forløbende sygdomme, en gnavende, martrende smerte. Hertil regner Tode podegra, sten (dvs. nyre-, galde- osv.), den galante syge (dvs. kønssygdomme), fedme og gylden åre (hæmoroïder). Altsammen er det forårsaget af en uordentlig levemåde, af en altfor stor overflod (22).

Hos Tode såvel som hos så mange andre af tidens sundhedsoplysere har almuen den vigtige rolle at være overflødhedens, ødselhedens og usundhedens modbillede. Det drejer sig især om almuen på landet, for de lavere klasser i byen har en mere problematisk status. Det er landalmuen med dens oprindelighed og naturlighed, samfundet må bygge på, når alt andet fordærvs af dekadence. Men almuens vigtighed udspringer også af, at det på fysiokratisk vis er fra landbruget, de egentlige værdier tilflyder staten: det er »den arbeidende Almue... [som kan] sanke i Statens Lader«. Kvinderne i de øverste samfundslag er nok smukkere, men de er »i henseende til Fædrelandets Tarv og Gavn af langt mindre Vigtighed end den arbeidende Almues Døttre« (St: 91). Således forsyner almuen Fædrelandet både med de virkelige rigdomme og med et stærkere afkom (23).

Men der er et problem: bønderne er ikke så meget bønder, som de har været, og som de burde være. De er alt for ivrige for at abe efter de fornemmes levned:

»Bondestanden er, blant alle, de som mindst havde at frygte for Sundheds Tab og Livsfarer, om den vilde blive sin Ældgamle Simplicitet tro, efterligne Fædrene i raske Legemsøvelser, gjøre alle sine Ting i den rette Tid og Orden, og ikke være Borgerstandens Abe. Det lader ligesom Naturen hævnner sig over alle dem, der forlade det Fag, hun mest nyder« (24).

Denne udvikling, hvor almuen efteraber borgerne, har betydet, at bønderkonerne, som man ellers før havde kunnet regne som de bedste ammer for borgernes børn, også er draget ind under byernes varecirkulation og dårlige indflydelse:

»En bondekone fra Landet giver man gjerne Fortrin, fordi den frie Luft Bønderne nyde, og den gode ordenlige simple Levemaade de føre, svare til, at allehaande moralsk Onde og fysisk Fordærvelse ikke nær saa meget findes hos dem, som hos Kiøbstædsfolk, hvorfor saadan en Kone da gjerne har et renere Legeme, et sundere Blod, en stærkere Constitution og en bedre moralsk Karakter. Men Erfarenhed lærer, at Bondestanden, allermest i Nærheden af store Stæder, nu omstunder ogsaa mangfoldigen viger fra sine Fædres Levemaade og Sæder, og alt for meget deeltager i Kiøbstædernes Laster og Svagheder; saa at for nærværende Tid en Bondeamme, i Almindelighed at tale, ikke mere har det Værd i Lægernes Øine, som for en Snees Aar siden« (25).

Bondestanden kan altså ikke på samme måde nu, som før, være garant for sundheden. De lægelige forfattere i ind- og udland er i denne periode ganske enige om, at den almene sundhedstilstand er i færd med at forringes, at spædbørnsdødeligheden tiltager, at befolkningen afkræftes og formindskes. Men der er overalt byerne, der er centrum for befolkningsnedgangen og usundheden – også den moralske (26). »Stæderne ere saa fulde af Kunst«, skriver Tode, »at Naturen ikke sætter en fod inden for Porten« (27). Det er i byen, at de store sundhedsfarer eksisterer i form af overdådighed i mad og drikke, krydrede og sammenblandede retter, sene nattesæder, mangel på legemligt arbejde, vellyst og overdreven 'dyrkelse af Venus'. Det er unaturligheden ved dette overklassens ødsle liv, der skaber byens usundhed: »Sædernes tiltagende Fordærvelse har forvandlet Naturens Eenfoldighed i broget Konst, Frihed i Tvang, Aabenhjertighed i Hyklerie« (St: 330). Den uheldige udvikling af civilisationen har frembragt ørkesløse individer, som af overdådighed og mangel på bevægelse, ved at overskride dag og nats grænser og ved at pirre sig med stimulanser som te og kaffe er ofre for overdreven sværmeri og følsomhed og disponeret for alle civilisationens sygdomme.

De fornemme i København kopierer Sydeuropas overklasse. Men det er efterabningens natur, at det er det slette, der først – og måske udelukkende – kopieres, og resultatet ses da mest tydeligt i den sundhedsskadelige mode (som er for kold, for varm, for snæver, etc.) og den farlige brug af parfume (28).

Selvom det er unaturen, der hersker i byen, så påkalder folk dér alligevel naturen som undskyldning for deres usunde levned; deres brug af stimulanser, deres drift til selvbesmittelse og andre frygtelige, sundhedsnedbrydende vaner tilskriver de naturen (St: 525). Men »at man længes efter en Ting og at man finder en Vellyst i den, bør ei altid udlægges som Naturens Røst« (St: 132). Det er ikke naturen, der fejler, men mennesket selv. Man må lære

at skelne mellem vane og naturens egen stemme, og ikke lade en ubillig henvisning til naturen forhindre den fornuftige livsordning (29).

»Almuen bliver evindeligen almue« – *overtroen hos almuen*

Men selvom almuen altså hos Tode, som hos så mange af tidens udenlandske sundhedsoplysere, kan blive til modbillede på usundhed og sædernes fordærv, så kan det ikke ske helt uden mislyde. For nok er almuen – i sin oprindelige form – sundt naturlig, men mere end det; den hænger også fast i alle mulige gamle vrangforestillinger om overnaturlige fænomener. Overtro og selvrådighed i »medicinske Ting« præger almuen, og dens holden fast ved gamle skikke bliver til hinder for, at den ret forstår sundhedens betydning og betingelser, og at den fornuftigt forvalter den – selvom det også er den selvsamme traditionalisme, der betinger dens sunde »simplicitæt«. Fornuften når kun vanskeligt ned i almuens dyb:

»Vinden kan sette heele Havet i Bevægelse, men det som ligger paa Bunden bliver liggende. Tiden har rensed Middelstanden saavelsom de høiere fra Overtroe; men Almue bliver evindeligen Almue. I denne oplyste Tidsalder... er den gemeene Mand altstille en Træl af de blindeste Fordomme« (St: 60).

Trods sin iboende sundhed må almuen altså opdrages til agtpågivenhed overfor kroppens ytringer, og dertil er lægen selvskreven som ekspert.

»...de Hænder, udaf hvilke Lægerne have reven den« – *sundhedsoplysning og medikalisering*

»Mennesket lever og svæver imellem de største sundhedsfiender«, siger Tode. Hele tiden må hans læsere passe på kulden, så på heden, så aftenluften, som i sensommeren kommer overraskende, så på, at sindet er så fornøjet, som nødvendigt er for at vedligeholde sundheden. Altid er der noget at bekymre sig om. Og Tode bekymrer sig ikke uden grund; livet er vitterligt farligt, og man bliver mindet om det, når f.eks. Sundhedstidende kan berette om et dødsfald som følge af indtagelsen af fåremælk og æblegrød (s. 342). Farerne lur, så det er intet under, at alle disse trusler, som omgiver folk i deres daglige liv, må kræve lægelig viden for at imødegås. Det er klart, at sundhedsfjenderne, uanset om de er betinget af natur (vejret, fx) eller kultur (levevis) ikke klares uden en ekspertgruppe. Der er til stadighed

nye typer af farer, som dukker op, og som kræver deres særlige regulering af det daglige liv, som f.eks. forårets komme, som behandles under overskriften »Advarsler for alle dem, som troe vi nu een Gang have faaet Foraar« (St: 494), eller:

»Den stærke Heede, som nu er indfalden og som maae have des farligere Virkninger, da den pludseligen følger paa et koldt Veirligt, burde udbrede Skræk og Redsel iblant alle dem der hidtil i største Sikkerhed have syndet imod Lægekonstens Forskrifter« (St: 257).

Det, som gør den vidende læges rolle så central, er de forskellige farers samvirken og den kompleksitet, der flyder deraf. Hvor farlige ting er, varierer nemlig efter hvert individs særlige erhverv, alder, køn, levemåde, fødested, temperament, kropslige konstitution og disposition for denne eller hin sygdom i et komplekst samspil, hvor det ville være irrationelt at tvivle på nødvendigheden af en kvalificeret rådgivning.

Men selvom sundhedsoplysningen er nødvendig, fordi fornuften er nødvendig, så har den alligevel i sig et indbygget problem. For erstatter den ikke den naturlige drift mod det sunde og den ligeså naturlige afsky for det usunde med en unaturlig bekymring? Forvirrer den ikke den naturlige ubekymrethed og det glade sind, der er så vigtige forudsætninger for sundheden? Destruerer den i virkeligheden ikke det, den selv vil skabe? (30). »Giøre ikke Sundhedsregler som fremsættes til almindelig Underretning, større Skade end Gavn, for saavidt de indskyde Frygt for eet og andet, som den Sunde dog gierne kan taale og ikke bør altid vogte sig for? Lever man ikke langt lyksaligere naar man slet ikke bryder sig om Diæten?« (31).

Todes svar på sit eget spørgsmål er et kompromis. Han svarer, at det i sundhedsoplysningen, som overalt, er misbrugen og ikke brugen, der er farlig. Som i alle andre ting er overdrivelse af det onde. »At holde Sundhed vedlige, at forekomme Svaghed og en brad Død, dertil udfordres at man vogter sig for det som enten tilig eller sildig kan blive en Aarsag dertil. Og hvor lærer man sligt? Ingensteds uden i gode diætetiske Skrifter« (32). Sundhedsoplysning er altså nødvendig. Men visse grupper har mere behov for sundhedsrådene – og for den sunde er alting sundt.

Det andet problem indbygget i selve sundhedsoplysningen er, at den, ved at formidle lægernes viden, truer med at gøre deres arbejde overflødigt (33). Hvis folk kan læse sig til alt, behøver de så lægerne? Ja, for her kommer sygdomsårsagernes og -dispositionernes kompleksitet lægerne til hjælp. Sygdommen er nemlig ikke bare, hvad den giver sig ud for; diagnosen afhænger af patientens erhverv, konstitution, forrige levemåde, fordøjelsens godhed og urinens karakter. Det er derfor ikke hvem som helst, der kan læse symptomerne; dertil kræves en kyndig læge. Og hvad behandlingen angår,

så afhænger den ikke bare af sygdommen og de symptomer, den skal råde bod på, men ligesom diagnosen også af patientens kropslige konstitution osv., det som Göckenjan kalder 'Kontekstkenntnisse' (34). Lægemidler brugt forkert forplumrer sygdomsbilledet og forvirrer helbredelsens naturlige gang til fare for patienten (35). »Medikamenter ere alt for ofte Hjelpe-trouper lige: de forstyrre og ødelægge de Kræfter som de skulle understøtte« (St: 416). Det er diagnosens og terapiens kompleksitet, der gør selvmedikamenteringen farlig, for ulærde folk vil aldrig kunne overskue, hvad de gør. Og derfor er det så problematisk, når almuen tror sig i stand til at yde sig selv hjælp. Tode kan kun advare mod »Almuens Selvraadighed i medicinske Ting« (St: 66).

Sundhedsoplysningens mål er at lære folk at være opmærksomme på deres krop, formålsrettet at ordne deres liv efter sundhedsforskrifterne, men også, i tilfælde af sygdom, straks at opsøge en rigtig læge. Netop fordi lægeligt arbejde er så svært – meget sværere end det ser ud til – så er det et af sundhedsoplysningens vigtigste formål at lære folk at skelne mellem de falske kvaksalvere og de sande læger; noget, som i særlig høj grad understreges i skrifterne til almuen, mere end i dem til dannede folk. Mens kvaksalverne, også hos Tode, er beskrevet som udspekulerede folk, drevet af pengeskrædderi og ude på at narre det godtroende publikum, så repræsenterer lægerne den sande videnskab og menneskekærlighed. En af de store fjender er kvaksalvernes universalmidler; noget, som tilsyneladende var lige så populært blandt folk flest som umuligt i lægernes øjne. Universalmidler mod sygdomme findes ikke, fordi menneskekroppene reagerer så uendeligt komplekst på midler, at de må tilpasses hver enkelt patients særlige, aktuelle omstændigheder.

Sine steder ivrer Tode også mod de emsige kvinders indblanding i plejen og behandlingen af de syge. Mange unødvendige dødsfald sker på grund af en helt uforstandig pleje af de syge. »Tanter og Cousiner... martre og dræbe dem [de syge] under Dydens, under den ømmeste Paapasseligheds Maske«, ved at holde patienterne i alt for indeklemte værelser, alt for varme senge og ved at nægte dem noget at drikke. Alt sammen af misforstået godhed. Sagen er, at den læge, der behandler de syge ikke tør vise kvinderne bort, for han er afhængig af den hele familie for sit udkomme (St: 531 ff). Lægen er fanget i et markedsproblem, som hænger sammen med lægekunstens vilkår i denne periode. Lægepraksis var på Todes tid altid besøgspraksis, og omkring lægen og patienten samlede sig derfor gerne en iagttagende og kontrollerende offentlighed af familie og naboer. Lægen var afhængig af at optræde på ret vis overfor denne, bl.a. altså ved at indrømme dem retten til pleje og omsorg på deres vis (36).

Kampen for at få vristet sygebehandlingen ud af kvindernes hænder var

overalt en del af forsøget på at skabe et lægeligt vidensmonopol. Af alle konkurrenter til en medikaliseret omverdensfortolkning var kvinderne vel de vigtigste. Men lægerne stod her overfor et problem; for kvinderne kunne ikke helt udelukkes. Selvom han besværer sig over kvindernes egenrådighed, så tilskriver Tode dem nemlig samtidig naturlige forudsætninger for omsorg og pleje og går tilmed imod lægelig indblanding i visse ting. »Kan en Mandsperson bedre lære et Qvindfolk qvindeligt Arbeide [amning], end et Fruentimmer, som selv har havt og handlet Børn?» (St: 677). De kvindelige erfaringer og dyder kan langt fra altid erstattes af lægens bedreviden. En række opgaver ligger stadig bedst i hænderne på dem, som naturligt har en plejende funktion – fx. burde det være mødrene selv, som stod for indpodningen af kopper: »En Moder kan og bør forrette dette lige saa got, ja bedre end en Læge: Erfarenhed saavelsom Fornuften lærer det«. Indpodningen vil først rigtigt blive almindelig, når »den kommer igien i de Hænder, udaf hvilke Lægerne have reven den« (St: 94). Tode er altså nok at se som agent for medikaliseringen, men han advarer også imod den.

Det er dette aspekt af medikaliseringen – den lægelige monopolisering af viden og magt – man mest har fokuseret på, siden begrebet dukkede op med kritikken af den moderne medicin fra omkring 1970: medicinen som en form for social kontrol. Men medikaliseringen er en langt mere kompliceret og flertydig proces. Medikaliseringen, som sundhedsoplysningen kan siges at være en del af, skal ikke kun ses i sine negative former: som undertrykkende disciplinering og magtudøvelse, men også fra sin positive side: som aktivt producerende. Medikaliseringen er ikke kun at fratage ikke-læger kontrollen over egen krop, at berøve dem en tidligere og mere oprindelig (og, som det ofte formodes, mere sund kropsforståelse), det er også et forsøg på at give et sprog til formidling af kropserfaringen, og først og fremmest er det opdyrkelsen af en følsomhed overfor kroppen og dens ytringer. Denne opdyrkelse er Tode en tydelig eksponent for.

Sammenfatning

J.C. Todes populærmedicinske tidsskrifter har her været behandlet som et eksempel på den tidlige danske sundhedsoplysende litteratur. Det er her, i det sene 18. århundrede, at sundheden i sig selv bliver til genstand for betragtninger og analyser; bliver et diskursivt objekt. Hos Tode er sundhed målestok for en lang række af livets forhold; alt er relevant for sundheden. Sundhedsreglerne hos Tode, såvel som hos andre af tidens sundhedsoplysere, foreskriver den rette adfærd i alle livets aspekter: i påklædningen, spise og drikke, fornøjelser og arbejde, sindsstemninger osv. De centrale værdier er mådehold, orden og regelmæssighed. Men sundhedsoplysning er ikke

kun oplæring til selvdisciplin, men også opdyrkelsen af en følsomhed overfor kroppen.

Ligesom så mange andre sundhedsoplysere gør Tode landalmuen til repræsentant for den oprindelige, naturlige sundhed. I byerne ødelægges sundheden af den unaturlige levevis, ødselhed, overflod, vellyst og misbrug. Men idealiseringen af almuen er hos sundhedsoplyserne langtfra uden problemer: dels er almuen nok naturlig, men den er også overtroisk og ligegyldig overfor kroppen, dels er bønderne ikke længere så meget bønder, som de burde.

Det sunde menneske er det, der er velordnet, arbejdsomt, nyttigt og 'zweckrationelt'; og det er opmærksomt på kroppen og tilpasser sine handlinger til dens ytringer – i en individuel livskunst. Sundheden er dets eget ansvar. Men som fornuften er nødvendig i menneskelivet i almindelighed, er læger og oplysning nødvendige til sundhedens vedligeholdelse i særdeleshed. Kun lægen kan tolke sygdomme og bestemme terapien, men det er også kun ham, der kan tilrettelægge sundhedsforskrifterne for den sunde.

Noter:

1 se fx. Schmiegelow. 2 Til Todes biografi se: Johnsson, Schmiegelow eller Larsen & Lindskogs indledning til Todes *Sundhedstidende*. 3 *Sundhedstidende* (herefter forkortet St) udkom for et par år siden i faksimileudgave udgivet af Ø. Larsen og B. Lindskog, og sidehenvisningerne i det følgende er til denne udgave. 4 se fx *Sundhedstidende*: 24, 295. 5 Om før-moderne og moderne kropsopfattelser se: Kayser Nielsen. 6 Om dette skred se fx.: Labisch. 7 Dvs. lære om den sunde levevis. En redegørelse for den tidlige diætetik med dens seks res non-naturales findes blandt mange andre steder hos: Dahl. 8 *Sundhedstidende*: 565. 9 Todes anm. i Cheyne: 29. 10 Tode 1794: 144. 11 Tode 1786: 277ff. 12 sådan beskriver Göckenjan (s. 74) det med en præcis formulering. 13 Inokuleret, dvs. indpodet med kopper, sm. 14 se f.eks. Tode 1782: 459. 15 Dvs. kunsten at forlænge livet, som hos Hufeland først og fremmest består i den rette forvaltning af, hvad han kalder levkraften, se: Hufeland og Todes anmærkninger i samme. 16 Todes anm. i Cheyne: 26. 17 se: Dahl. 18 Göckenjan: 65. 19 Se iøvrigt: Göckenjan: 91-93. 20 Tode 1782: 6. 21 Tode 1789-90: 1f. 22 Samme sted. 23 se også Callisen, som gør sig til talsmand for lignende synspunkter. 24 Tode 1789-90: 3-4. 25 Tode 1794: 329-30. 26 Göckenjan: 71, se også f.eks. Callisen. 27 Tode 1789-90: 4. 28 Parfumens farlighed beror på, at dens kunstige lugt let fører til hovedpine, øjenbetændelser og farlige opstigelser til hovedet, se fx. St.: 442 og 449. Om parfumen som objekt for social kritik, se Vigarello: 145. 29 Om naturen som argument – og hindring – for det sunde, se: Mellemegaard 1994. 30 jvnfr. Göckenjan: 66. 31 Tode 1782: 217. 32 Tode 1782: 219. 33 jvnfr. Göckenjan: 85. 34 Göckenjan: 186-87, se også: Jewson 1974 og 1976. 35 Foucault: 8-9. 36 Göckenjan: 161ff og Jewson 1074 og 1976.

Litteratur:

Callisen, Heinrich: »Om adskillige Gienstande som bidrage til Folke-formeelse og Folke-formindskelse.« Det kgl. danske Videnskabernes Selskabs Skrifter 1809-12 : VI (1818): 169-230.

Cheyne, George: Regler til at vedligeholde Sundhed og Midler til at forlænge Livet, oversat og forsynet med Anmærkninger af J.C. Tode. Kbh: 1800.

- Dahl, Rasmus: »Pligten til sundhed.« *Den jyske historiker* 48 (1989): 15-33.
- Foucault, Michel: *The Birth of the Clinic*. New York: Vintage, 1975 (1963).
- Frevert, Ute: »Frauen und Ärzte im späten 18. und frühen 19. Jahrhundert.« *Frauen in der Geschichte*. ed. A. Kuhn and J. Rüsen. Düsseldorf: Schwann, 1982.
- Frevert, Ute: *Krankheit als Politisches Problem 1770-1880*. Göttingen: Vandenhoeck og Ruprecht, 1984.
- Göckenjan, Gerd: *Kurieren und Staat machen*. Frankfurt am M.: Suhrkamp, 1985.
- Huerkamp, Claudia: »Ärzte und Professionalisierung in Deutschland.« *Geschichte und Gesellschaft* 6 (1980): 349-382.
- Hufeland, Ch. W.: *Kunst at forlænge det menneskelige Liv*. 2. udg, med anmærkninger af J.C. Tode. København, 1800.
- Jewson, N. D.: »Medical Knowledge and the Patronage System in 18th Century England.« *Sociology* VIII (1974): 369-386.
- Jewson, N.D.: »The Disappearance of the Sick-Man from Medical Cosmology, 1770-1870.« *Sociology* X (1976): 225-244.
- Johnsson, J.W.S.: *Johann Clemens Tode. Hans Liv og et Afsnit af hans medicinske Virksomhed*. København: Henrik Koppel, 1918.
- Labisch, Alfons: *Homo Hygienicus*. Frankfurt/N.Y.: Campus Verlag, 1992.
- Møllengaard, Signe: »«At naturalisere Uorden og Udyd»«. *Naturen som argument*. ed. S. Baggesen, I.H. Larsen og T.M. Kristensen. Odense Universitetsforlag 1994.
- Nielsen, Niels Kayser: *Krop og oplysning*. Odense Universitetsforlag 1993.
- Schmiegelow, E.: *Johan Clemens Tode*. København: Arnold Busck, 1941.
- Tode, Johan Clemens: »Diætetiske Afhandlinger«. *Samlede danske prosaiske Skrifter*: I. Kbh: 1794.
- Tode, Johan Clemens: *Nye Sundhedstidende*. 1782.
- Tode, Johan Clemens: *Sundhedsblade*. Kbh: 1786.
- Tode, Johan Clemens: *Sundhedsbog 1-8*. (1789-90).
- Tode, Johann Clemens: *Sundhedstidende 1778-1781*. ed. Ø. Larsen and B. Lindskog. Oslo: 1991.
- Vigarello, Georges. *Le propre et le sale*. Paris: Seuil, 1985.

Summary

The daily hazard

Danish physician Johan Clemens Tode (1736-1806) authored a series of books on popular medicine. The article examines this early form of Danish health literature. During the period in question, the late 18th century, health became an object of discourse. In Tode's case health is the measure of every aspect of life; almost everything is seen in relation to this. Tode's guidelines for health – as well as those of other health educators of the period – comprise proper conduct in most aspects of life, i.e., food, clothing, work, pleasure, passion, etc. The quintessential values are moderation, order and regularity.

Tode considers the peasant to be a paragon of authentic, natural health. In urban settings health is destroyed through unnatural ways of life such as superabundance, extravagance, sensual pleasures and abuse. But the idealization of the peasantry is not without flaws. True, the peasant is natural, but he is also superstitious and neglectful of his body.

Besides, the peasant tends no longer to possess genuine peasant qualities. A healthy individual is well-organized, industrious, useful and »zweckrationell«; he is conscious of his body and adjusts his activities to his needs in an individualized art of living. He takes personal responsibility for his health. However, in the same way that reason is a necessary part of life in general, physicians and education in particular are necessary in order to maintain a satisfactory state of health. Only the physician is able to interpret disease and prescribe the required treatment. And only the physician is able to expound the precepts for a healthy individual.