

ENQUETE

SUNDHEDENS UNIVERS

DORTHE BROGÅRD KRISTENSEN

I 1980 beskrev den amerikanske økonom Robert Crawford en ny folkelig bevidsthed, der gennemstrømmer vores kultur. Han kaldte denne bevægelse for *healthism*, hvilket han definerede som en optagethed af individuel sundhed som det primære mål for personlig velvære. Crawford beskrev flere tegn på *healthism*, som de kom til udtryk i 1970'ernes USA, herunder en stærk stigning i antallet af personer, der dyrkede træning og løb, aggressive antirygningsskulpturer såvel som en øget hyppighed af begrebet sundhed i aviser og ugeblade. Crawford argumenterede endvidere for, at *healthism* går godt i hånd med kapitalismen og forbrugersamfundet, da fokus er på privatiserede og individuelle løsninger på bekostning af politiske og strukturelle løsninger. I *healthism* finder vi derfor en optimal kobling af samfundsmæssige og egne interesser. Alt imens sundhed som tidsånd menes at føre til en sund og produktiv arbejdsstyrke, er sunde borgere ofte også glade borgere, stærke, robuste, selvsikre og med overskud til både arbejde og fritid. Crawford beskrev således en udvikling, hvor sundhed ophøjes til en form for metaværdi og bliver et mål i sig selv – et symbol for alt, hvad der er godt i livet. Som en konsekvens heraf bliver sundhed et yndet konversationsemne, både i det offentlige rum og i hjemmet.

Crawfords karakteristik af det amerikanske samfund 1980 synes at være en profeti for den udvikling, vi har været vidne til i Danmark de seneste år, og som fik den tidligere direktør for sundhedsstyrelsen, Else Smith, til at udtale: „Ingen kan mere end jeg glæde sig over, at det at beskæftige sig med sundhed er blevet den måske mest iøjnefaldende trend de seneste ti år. Der blogges, reklameres og diskuteres om sundhed i en sådan grad, som en direktør for Sundhedsstyrelsen kun kan juble over. Det at leve et sundt liv er simpelthen blevet en del af tidsånden“ (Smith 2011). Sundhed er i den grad blevet en del af den danske samfundsånd. Herom hersker der næppe tvivl. I 1964 erklærede 15 procent af den voksne befolkning i Danmark over 16 år, at de dyrkede sport. I 1987 var dette tal steget til 42

procent og i 2004 til 59 procent (Fridberg 2010). En anden rapport viste, at mens 2 procent løb på en daglig basis i 1975, var dette tal steget til 31 procent i 2012. Som Else Smidt påpegede, er der således ingen tvivl om, at mange mennesker udviser en stigende interesse for sundhed. Denne udvikling går hånd i hånd med et øget politisk fokus på individuel ansvar og frihed. For konkurrencens skyld og for at leve op til politiske mål er valgfrihed i højere grad blevet et mantra i sundhedsvæsenet. Vi ser en stigning i antallet af ting eller ydelser, vi modtager eller køber for at blive sunde. Dette afspejles i en ændret adfærd i forhold til sundhed – der er således en stigende tendens til, at vi „forbruger“ sundhed på det private marked, vi mikser/shopper sundhed, vælger til og fra både på det hjemlige og det globale marked, som med internettets udbredelse kun er et enkelt museklik væk. Vi ser også et voksende udbud af sundhedsydelser i form af sund kost, slankevejledninger, coaching, måleinstrumenter til at måle eget helbred eller screene for sygdom.

I et samfund som Danmark, hvor toneangivende samfundsanalytikere som Svend Brinkman (2014) og Ove Kaj Pedersen (2011) har identificeret en velfærdsstat med fokus på den enkeltes frihed, præstation og performance, er forbrug af sundhed således i den grad noget, der matcher forestillingen om konkurrencestaten. Her forenes samfundets ideal om eget ansvar, frihed og konkurrenceevne med borgerens ønske om at leve godt og længe, at maksimere sine egne bedrifter og samtidig tage sig godt ud i andres og egne øjne. For samfundskritikere er dette den perfekte illustration af Foucaults begreb om panoptikon, hvor mennesket internaliserer magten som en permanent tilstand i form af konstant selvdisciplinering og selvmonitorering.

Crawfords karakteristik af samfundsånden i 1980 er årtier før kritikken af den danske konkurrencestat. Han delte dog på ingen måde Else Smidts jubel over, at sundhed i den grad gennemsyrede samfundet. Tværtimod så han healthism som en stærkt bekymrende udvikling og påpegede en række uheldige følgevirkninger. Først og fremmest så han healthism som et middelklassefænomen, der matcher et ønske om at blive selvansvarlig, hvor løsninger på problemer søges i forhold til individets krop og sind. Dette fører til en polarisering og klassifikation og social ulighed mellem dem, for hvilke projektet lykkes, og dem, hvor det fejler. Han peger også på en stigende efterspørgsel efter medicinske tests, en tendens til at placere årsagen for sygdom hos den enkelte, forøget angst for sundhedsrisici på grund af mange mediehistorier om, hvad der er sundt og usundt, såvel som stigende samfundsøkonomiske omkostninger, idet borgerne efterspørger flere sundhedsmæssige tests og undersøgelser (Greenhalgh & Wessely 2004).

Hvis vi i dagens Danmark kaster et blik i tv-programmer, ugeblade, avisartikler, reklamer m.m., er sundhed allestedsnærværende. Vi hylder vægttab, veltrimmede

kroppe og ekstreme præsentationer såsom ironman som vor tids bedrifter. Vi tæller vores skridt, måler vores puls, tjekker vores løbetid, tager fotos af vores mad. Økologi, proteinsupplementer og gluten- og laktosefri produkter på supermarkedets hylder vidner om en stigende bevidsthed om og efterspørgsel på sunde produkter samt stigende individualisering. I kølvandet på denne udvikling følger en stigende kategorisering af folk i „sunde“ og „usunde“ samt skepsis og mistillid til det etablerede system, da det jo ikke kan forsyne os med sådanne personlige og individualiserede sundhedsløsninger. Hver mundfuld er, som sociologen Deborah Lupton (1996) skriver, blevet en politisk erklæring. Vi hygger os, mens vi går rundt i supermarkedet og kigger på indkøbsvognene. Indholdet vidner om den moralske karakter på den, der skubber den rundt. Er der mon buræg, cola eller hvidt toastbrød i indkøbsvognen? Det kan føre til moralsk fordømmelse og rynken på næsen. Ikke overraskende fremstilles samfundets problematiske eksistenser ofte som personer, der ikke har tilstrækkelig information til at leve sundt, og som mangler kontrol over deres indtag af mad og drikke. De mangler lige netop de afgørende egenskaber, der skal til, for at blive opfattet som et voksent og moralsk menneske. Det er dem, vi kan pege ud i supermarkedets korridorer og således finde lidt adspredelse.

Et eksempel fra Danmark er tv-programmet *De unge mødre*, hvor en af deltagerne giver sit barn pomfritter, da det har godt af grøntsager. I en undersøgelse, jeg deltog i, blev det efterfølgende nævnt som et særligt grelt eksempel på, hvor uvidende og problematisk nogle folks adfærd kan være. Et andet program, som også er vist herhjemme, er Jaime Olivers besøg i engelske kantiner og hos enlige mødre, hvor han heldigvis „får rettet op“ på problemerne ved at tilbyde coaching i den rette sunde levestil. Kostvejledning er blevet en slags moralsk intervention (Cederström 2015:60) og sundhed en markør af moral og klasse. Carl Cederström og Andre Spicer kalder dette i deres bog *The Wellness Syndrome* (Cederström & Spicer 2015) et eksempel på biomoralens logik. Sådanne programmer bekræfter os i vores selvtilfredshed over at være på den rigtige side af det moralske hegn.

Hvad Crawford ikke har beskrevet udførligt, men som også følger logisk af hans analyse af den stigende mistillid til det etablerede system, er den parallelle øgede tillid til sundhedsguruer, der har evidensgrundlaget i orden, fordi de taler ud fra egne konkrete oplevelser. „Kernesund familie“ (Mauritson 2007) og Chris McDonald er eksempler på denne udvikling – en form for boomerangeffekt, hvor den moralske opmuntring til at tage skeen i egen hånd har ført til en opblomstring af selvbestaltede eksperter, der stiller spørgsmålstegn ved offentlig sundhedspolitik og opstiller et individuelt erfaringsbaseret kriterie for evidens. Er mælk så sundt, som de siger? Er det bedst at styre uden om kulhydrater? Er hvidt brød en stor synder? Gælder det om at få maksimalt protein? Man forsøger sig frem

ved at mærke efter. Føles dette godt? Giver det den rigtige følelse i kroppen? Kroppen er, som Carl Cederström beskriver i *The Wellness Syndrome*, en form for sandhedsregime. Hvis vi ikke har det godt, kan årsagen sandsynligvis findes i noget, vi har gjort eller spist, eller også er det noget, vi ikke har gjort. Nøglen er at finde i vores adfærd, i vores handlinger og i vores egen krop, som jo kun vi selv har fuld adgang til. Vi bliver således til eksperter i egen krop.

Hvis vi i stedet for at stille spørgsmålet om, hvorvidt optagethed af sundhed er et gode eller et onde, og antropologisk også spørger, hvorfor sundhed er så fremtrædende i dagens Danmark, kan vi komme med endnu et bud på, hvorfor sundhed virker så tiltrækkende og har så stor spaltepads. Sociologen Hartmut Rosa er her kommet med en væsentlig analyse af det senmoderne samfund, som kan give en nøgle. Hans ærinde er at vise, hvordan fremmedgørelse er taget til. Vi færdes steder, hvor vi ikke føler os hjemme, hvorfor vores forhold til rummet fremmedgøres. Når vi føler os fremmedgjorte og fylder dagen med gøremål, som vi egentlig ikke har lyst til, fx at lave tidsregistrering, evalueringer på arbejdet, betale regninger på netbank, vaske op og transportere os fra sted til sted, fremmedgøres vi også over for os selv. Vi mister oplevelsen af følelsesmæssig intensitet og nærvær. Dette kobles med en stigende acceleration af tid, hvor vi ikke tager os tid til at røre, sanse og interagere med ting og mennesker omkring os, og hermed mister vi oplevelsen af resonans. Vi har så travlt med at maksimere og realisere vores potentiale, at vi mister følelsen af fylde og mening. I denne sammenhæng kan sundhed stå som et mikrokosmos eller et univers, der rummer denne spænding, men som også kan mediere spændingen. Den er et *dominerende symbol*, for at låne et udtryk fra Victor Turner, hvis symbolik absorberer væsentlige dele af menneskets sociale liv. I italesættelsen af sundhed kan vi udtrykke det forhold, at vi ofte føler os overvældede og fremmedgjorte af det stigende udbud af services, produkter og sundhedstjenester såvel som den evige strøm af modsatrettede informationer om sundhed. Kan man nu stole på, hvad der sundt? Er jeg en af dem, der kan tåle mælk? Er havregryn nu på den gode eller dårlige liste? Hvis jeg spiser dansk, er der så færre sprøjtegifte? Skal jeg vente på at blive undersøgt i det offentlige sundhedsvæsen, eller skal jeg hellere tage på et privathospital? Eller prøve en alternativ behandler? Ved at finde ståsted i dette „sundhedens univers“ fordres individet til at skabe mening i det sociale liv. Man søger at mærke efter, at prøve af, at give sig tid til at iagttage sin egen krop, når man spiser forskellige typer kost, når man prøver en ny massageform eller prøver kræfter med en halvmaraton eller en udfordrende yogastilling. Ikke overraskende taler mange om sport som et frirum, som en måde at mærke sig selv på, om at finde plads til sig selv. Man står af ræset for en kort bemærkning. Andre taler om at finde en måde, hvorpå man kan udvikle og realisere sit egentlige potentiale som menneske. Når man

står der på toppen af bjerget, i en anstrengende yogaposition eller ved målstregen svedende og med bankende hjerte, kan man mærke intensitet. Man kan mærke, at man er i live og har en krop. Man vender hjem til udgangspunktet. Man gør noget, som – tilsyneladende – kun handler om én selv, men som også klæder én på til at performe, holde sig stærk og sund, have energi og overskud. Man finder en modpol til fremmedgørelsen og gør sig samtidig gangbar i et moderne konkurrencesamfund.

Litteratur

- Brinkman, Svend
2014 Stå fast. København: Gyldendal.
- Cederström, Carl & Andre Spicer
2015 The Wellness Syndrome. Cambridge: Polity Press.
- Crawford, Robert
1980 Healthism and the Medicalization of Everyday Life, Int. J. Health. Serv. 10(3): 365-88.
1984 A Cultural Account of "Health": Control, Release, and the Social Body. I: J.B. McKinlay (eds): Issues in the Political Economy of Health Care. London: Tavistock Publications Ltd.
- Fridberg, Torben
2010 Sport and Exercise in Denmark, Scandinavia and Europe. Sport in Society: Cultures, Media, Politics 13(4):583-92.
- Greenhalgh, Trisha & Simon Wessely
2004 Health for Me: A Sociocultural Analysis of Healthism in the Middle Classes. British Medical Bulletin 69:197-213.
- Hartmut, Rosa
2014 Alienation and Acceleration. Towards a Critical Theory of Late-modern Temporality. Helsingfors: Nord Print.
- Lupton, Deborah
1996 Food, the Body and the Self. London: Sage Publication.
- Mauritson, Ninka
2007 Kernesund familie sådan! Livsstil uden sukker, stress og kemi. Passer ind i din hverdag og ændrer den for evigt. København: Politikens Forlag.
- Smith, Else
2011 Sundhed i tidsånden. Kronik. Jyllandsposten 14. november.

