

Sundhed som religion

"Det er godt at have det sundt, men det er sundere at have det godt."

Hvad er sundhed? Det viser sig at være vanskeligt at definere. Men det er i al fald noget et sundt menneske har. Men hvad er så sund mad? Er det mad der har sundhed? Og en sund indstilling? En sund indstilling til en sund livsførelse er vel sagtens at lade sig lede af sund fornuft. Skal man løbe sig til sundhed? Eller kan man sidde og sunde sig?

Sundhed er blevet samfundets vigtigste værdi. Vi har fået en ny slags religion hvor vi tilbøder os selv. Sygdom og skyld vikles ind i hinanden. Den nye moral lyder at det at være syg er det samme som at være skyldig eller syndig. Til sundhedsreligionen hører et sundhedsevangelium, og det prædikes alle vegne. Og hører man det ikke, er man lidt syndig, noget skyldig og i al fald ganske uansvarlig. Og sundhedsapostle har der altid været. I 1983 var hovedtemaet for "verdens sundhedsdag": "Sundhed for alle år 2000: nedtællingen er begyndt!" Og siden er det gået slag i slag!

Ideen er nemlig at sygdomme i virkeligheden kan forebygges, og at vi ved hvordan. Og så er det vel bare med at komme i gang. Vi ved stadig ikke præcist hvad sundhed er. Det er på en måde en ukendt eller usynlig vare. Men da det er en uvurderlig tilstand, synes det som om enhver pris kan forlanges. Sundhed for enhver pris. Med andre ord, vi må i gang med at forebygge uanset omkostninger - ja, koste hvad det vil.

Vi fanges her af en sætning der er så selvindlysende at man ikke straks kommer i tanke om at være uenig. Den lyder: "Det er bedre at forebygge end at helbrede." Det lyder næsten som et aksiom i lighed med at den korteste afstand mellem to punkter er en ret linie. Et aksiom skal som bekendt ikke bevises, det skal tros. Læger som måske mente at de skulle helbrede, trøste og lindre, siger nu til hinanden: "Š men det er bedre at forebygge." Vi siger det også til befolkningen og politikerne, og de siger det til os. Vi siger det hele tiden alle sammen til hinanden. Stiller man overhovedet spørgsmålstegn ved sætningen, at det er bedre at forebygge end at helbrede, vil andre stirre vantro på en - eller de vil foreslå at man bliver screenet for et eller andet.

Det er især de store sygdomme vi gerne vil forebygge: kræft og hjertekarsygdomme. Og ifølge WHO skal man altså bare have ændret adfærdsmønstrene, for årsagen er jo usund levevis. I en rapport til Europakommissionen fra 1986 blev det fastslået at 1/3 af alle kræftdødsfald skyldes rygning, 1/3 skyldes kosten, og 1/3 skyldes andre faktorer. Det er den slags udsagn - formentlig forfattet ved et skrivebord - der ligner en forklaring, en årsagsforklaring. Især den tredjedel som skyldes andre faktorer, er jo ikke let at håndtere. Men da alle former for kræft ifølge denne "forklaring" i virkeligheden skyldes ting som kan undgås, er der kun et lille skridt til at sige at kræft - det er vi selv ude om.

Det bør bestemt tilføjes at der er gode og beundringsværdige eksempler på effektiv forebyggelse. Det er WHO's succeshistorie at et globalt vaccinationsprogram har udryddet sygdommen kopper på Jorden. I 1980 kunne man erklære sygdommen for helt udryddet. Et af de næste store mål er malaria, igen et område hvor årsagen er kendt, hvilket i det mindste er den første betingelse for at kunne angribe den.

Men når vi ikke kan angribe årsagen, ikke kan fatte om nældens rod, kan vi da i det mindste påvise en eventuel sygdom så tidligt at den kan behandles - tænker man. Det gør man bl.a. med screening. Ordet kommer af det engelske ord "screen" der foruden at betyde skærm også betyder "et sold" eller "en sigte".

Afhængig af hvor fine huller der er i sigten, vil den opfange et større eller mindre antal af de syge og af de raske. Screeningens gode formål er at beskytte personen mod en sygdomsfare der endnu ikke er erkendt. Og da hensigten er at gøre sunde mennesker sundere, kan det forekomme nærmest kættersk eller i det mindste overflødigt at spørge om etikken i screening.

Uanset udfaldet af screeningen fører selve screeningstilbudet til en bevidstgørelse om mulig sygdom - en sygeliggørelse som er en uafvejelig størrelse og derfor af ukendt betydning. Selve tilbuddet gør én bevidst om muligheden. Det er lagt ind i ens tanker. Jeg vil bede jer om i det næste minut ikke at tænke på en isbjørn. Ikke sandt, det kan ikke lade sig gøre nu. Jeg kunne også finde på at drille mine børn ved at sige: "Gå trygt i seng, der er ikke en trolde under sengen!" Selv den der ikke tager imod tilbudet om screening, rammes. Man kan næppe afslå screeningstilbudet uden lidt dårlig samvittighed, lidt følelse af svigt, lidt følelse af at spille hasard med sit helbred. Og bliver denne person syg, vil selvbekendelserne næppe tage nogen ende. Hvilken mor kan se i øjnene at måtte efterlade sine børn, blot fordi hun var dum nok til ikke at bekvemme sig til en enkel kræftforebyggende undersøgelse.

Så hvorfor egentlig ikke screene bredt? Der er jo utallige muligheder. Det må da være så beroligende at få at vide, at man ikke har hypertension, sukkersyge, grøn stær, risikofaktorer for hjertesygdom - ikke har æggestokkræft, lungekræft, brystkræft, mavekræft, prostatakræft, testikelkræft osv. osv.

Der er grund til at så tvivl om udsagnet "Det er bedre at forebygge end at helbrede" fordi sundhed efterhånden bliver det samme som opnåelse af negative screeningsresultater. Formålet: "sundhed for alle" er naturligvis så godt at det er svært at være imod. Men risikotænkningen er også et udtryk for at mennesker mener at have magt over liv, at de kan kontrollere liv. Hvis bare man spiser rigtigt, motionerer og ikke ryger, kan der vel ikke ske én noget ondt. Mennesket er i centrum. Gud er smidt over bord, vi kan selv, og det bliver jammerligt. Tro er erstattet af overtro. Tro gør fri, stiller ikke krav, men overtro binder: Gør jeg sådan og sådan, går det mig godt. Ellers.

Men det mærkelige er at det bliver en ny slags religion. Formålet "sundhed for alle" bliver grundlaget for en slags religion og bliver et alibi for en nymoralisme eller nypuritanisme der fordømmer uansvarlig adfærd, såsom stofmisbrug, alkoholisme, rygning og umoralsk sex. Og efterhånden også f.eks. undladelse af at gå til regelmæssige helbredsundersøgelser, undladelse af at følge screeninger, indtagelse af usund mad, manglende motion m.m. Det bliver en pligt at holde sig sund - den ansvarlige borgers pligt.

Det er faktisk tæt på: I februar 1996 sendte den amerikanske lægeforening et resolutionsforslag til verdenslægeorganisationen med henblik på vedtagelse. Det drejede sig netop om patientens pligter. Udgangspunktet er naturligvis at lægen har pligter, men ifølge forslaget skal ikke kun lægen have pligter. Nej, patienterne skal selv gøres ansvarlige for deres helbred. De skal følge sundhedsfremmende adfærd med hensyn til kost, hvile og motion. De må ikke misbruge tobak, alkohol og stoffer. De skal huske hjelme og sikkerhedsseler. De må ikke holde noget skjult for deres læge, og de skal følge lægens anvisninger og ordinationer. Forslaget var fremsat i ramme alvor. Flere medlemslande, bl.a. Danmark, spurgte hvad sanktionerne egentlig skulle være over for ulydige patienter - og tog i øvrigt afstand fra forslaget som da heller ikke er kommet videre.

Målet med sundhedsbudskaberne er vel sagtens at vi skal være sunde. Men samtidig bliver vi forskræmte. Det bliver et samfund af sunde hypokondere. At leve med frygten for at dø er at frygte at leve.

Nej, hvis ikke du følger sundhedsrådene, er du uartig, skyldig eller syndig "Big Brother is watching you". Men folk er uartige; de prioriterer ofte ikke

sundhed særlig højt. De sidder alligevel på et værtshus og spiller saxofon klokken fem om morgenen og har røget 40 smøger.

På en grafitti stod der: "Jeg hverken ryger eller drikker. Jeg er ikke sent ude, og jeg sover ikke med piger. Jeg spiser sundt og motionerer regelmæssigt. Det skal alt sammen blive anderledes når jeg kommer ud af fængslet."

Vi må fastholde at arbejdet med sundhed ikke skal bruges til at fremme en nymoralisme. Vi skal ikke være mediernes og politikernes forlængede arm med tilhørende løftet pegefingre! Selv mange læger må jo også indrømme at de ikke kender deres kolesteroltal, og at de ikke undersøger familiemedlemmernes afføring for blod hver 6. måned.

Det er godt at have det sundt, men det er sundere at have det godt. Der er derfor brug for skepsis over for forebyggelsesteoriene. Skepsis over for risikomarkører og risikofokusering. Over for adfærdsregulering. Over for at skulle måle kolesterol og veje afføring. Over for et bangeliv hvor religionen er krop og sundhed.

"Når en enkeltvidenskab går ud over sit givne gyldighedsområde, når den ikke kender sine grænser og begrænsninger, bliver den til en isme," skrev forfatteren Hans Jørgen Nielsen engang. Sundhed bliver til sundhedsdyrkelse eller sundhedisme. Og hvad sker der med mennesker når sundhed bliver det vigtigste mål for den enkeltes selvrealisering og personlige stræben, og når personlige sundhedsmål, f.eks. sænkning af ens blodkolesterol og dyrkelse af egen krop, erstatter vigtige menneskelige og sociale mål?

Måske har vi mere brug for at mennesker forpligtes på noget uden for dem selv, altså stik modsat interessen for personlige risikofaktorer og livsstilssygdomme. Vi må vende os fra individet mod samfundet og de socioøkonomiske faktorer der ofte i langt højere grad har indvirkning på sundhedsstilstanden (boligforhold, sult, arbejdsløshed osv.) Eller tror nogen mon at det er tilstrækkeligt at opfordre den arbejdsløse, flygtningen, den syge, den fattige, den handicap-pede, den depressive, den enlige moder til at spise kolesterolfattigt og begynde at jogge?

Sammenfattende kan man sige at det næppe er nogen overdrivelse at tale om sundhed som religion. Sundhed tilbedes, og tilbedelsen sker bl.a. ved at der bringes ofre. Jeg spæger mig, jeg jogger, jeg børster tænder.

Men medmennesker bliver også ofre. Den usunde, den ikke så æstetisk smukke, den ikke længere unge forkastes, udstødes. Derfor er sundhedisme en molok-religion. Molok var den fønikiske gud der krævede børn som ofre. Man bruger i dag dette billede om en religion, der er ond og ikke god.