

Det sunde liv – og det stressede

At kvinder og mænd reagerer forskelligt fysisk og psykisk på dagliglivets påvirkninger, fremgår blandt meget andet af tværfaglig debatbog

Birgit Petersson: *Jagten på det sunde liv. Om mænd, kvinder, sundhed og sygdom*. LRFakta, København 2000. 174 s. 198 kr.



Omslag: Ida Balslev-Olesen.

Af Marit Nørgaard Petersen

Som lektor i medicinsk kvinde- og kønsforskning, speciallæge i psykiatri og privatpraktiserende med speciale i spiseforstyrrelser har Birgit Petersson mange ord at skulle have sagt om den danske sundhedstilstand. Nogle af de seneste er at finde i bogen *Jagten på det sunde liv. Om mænd, kvinder, sundhed og sygdom*. Som titlen indikerer handler bogen om det moderne menneskes intense ønske om et sundt liv, alias et lykkeligt liv, og den diskuterer specielt de fysiologiske og kulturelle forskelle mellem mænd og kvinder, som gør køn til et væsentligt spørgsmål i forhold til sundhed og sygdom.

Kønsbegrebet

Forfatteren opererer både med et genetisk, et fysiologisk og et sociokulturelt begreb om køn. Hun fokuserer i mindre grad på de mere abstrakte kønsspørgsmål som fx at diskutere en tredje kønsbetegnelse eller en diskussion af "afvigende" kønsidentiteter som fx *queer*-identiteter. Det er de

konkrete fysiologiske og adfærdsmæssige forskelle mellem mænd og kvinder, hun tager fat på.

For eksempel inddrager hun en interessant *case* om positive og negative former for stress. Den positive stress er den travlhed, vi omgiver os af, når vi arbejder med spændende og fængende opgaver. Denne form for stress udgør ikke en potentiel sundhedsfare. Det gør den stress derimod, som kommer af, at vi har påtaget os for mange og for krævende opgaver, eller at vi fastholdes i inaktivitet. Af dette kan vi blive ukoncentrerede, ineffektive og energiforladte.

Begge former for stress hænger sammen med indholdet af et bestemt hormon, kortisol, i kroppen. Den negative stress kan måles som en stigning af kortisolindholdet, og Birgit Peterssons pointe er, at hormonets skadelig indvirkning på vores sundhedstilstand bør komme i betragtning på linje med andre mere velkendte risikofaktorer som rygning, alkohol mv. Derudover beskriver hun to andre hormoner, som normalt henføres til stressreaktioner, hormonerne adrenalin og nor-adrenalin.

Adrenalin er et kamphormon, som får blodtrykket til at stige og gør kroppen aktiv, mens nor-adrenalin hæmmer kroppens organer. Begge disse hormoner er skadelige ved lang tids påvirkning. Det interessante i denne sammenhæng er, at der i undersøgelser er registreret store kønsforskelle på stressreaktion. Blandt andet stiger kvinders puls mere end mænds, hvis blodtryk derimod i højere grad stiger. Når pulsen stiger hos kvinder, fremkalder det ofte angst, uro og muskelspændinger. Dette kæder Birgit Petersson sammen med en traditionel kønsrolleopfattelse, hvor klagen over angst og uro netop forbindes med noget specielt kvindeligt.

Dagligliv og helbredsproblemer

Ifølge Birgit Petersson er der desuden en sammenhæng mellem dagliglivets påvirkninger og helbredsforholdene hos mænd og kvinder. Noget tyder nemlig på, at kvinder fortsat har et højt indhold af hormonet adrenalin, når de kommer hjem efter en arbejdsdag, og hun hævder, at det skyldes, at kvinderne udsættes for dobbeltarbejde. Mænd derimod kommer hjem til omsorg og hvile.

Det samme hævder hun, er tilfældet i situationer, hvor der opstår mindre problemer i familien, og hvor kvinden i højere grad end manden påvirkes og stresses. Selv om omsorgsbyrden også giver kvinden meget igen i form af tætte relationer, ser Birgit Petersson det som et generelt samfundsmæssigt problem, at kvinden udsættes og udsætter sig selv for dobbeltarbejde. Samfundet har ikke for alvor erkendt, at familiernes vilkår i dag er, at begge køn er udearbejdende.

Forfatteren efterlyser en nuancering af debatten omkring de velkendte risikofaktorer. Rygning, alkohol, kost og motion tages op for ofte og inddrages ukritisk i både den lægelige og politiske verden. Der bliver lagt for stor vægt på fremhævelsen af netop disse faktorer, og vi har udviklet en foragt for en forkert adfærd.

Den forebyggelse af sygdom og dødelighed, der gerne skal ske i et samspil mellem det enkelte menneske og det samfund, det er en del af, hjælpes ikke på vej af påbud og forbud. Tværtimod er det helt andre forhold, vi bør se på. Det gælder fx sammenhænge mellem kedsomhed og trøstespisning, mellem slankeidealer og undervægt, dårlige sociale forhold og miljømæssige påvirkninger fra industri og landbrug.

Generalisering

Det er Birgit Peterssens gevinst, at hun fastholder nødvendigheden af at kombinere både kvantitative og kvalitative forskningsmetoder i forebyggelse og behandling. Fx i forhold til behandling af kræftsygdomme kan kvalitative interview og observationer sammen med epidemiologien give et mere nuanceret billede af virkeligheden.

Bogen spænder vidt. Birgit Petersson er i stand til at kombinere læge- og naturvidenskabelige indgangsvinkler med brede, sociologiske forklaringer på kulturelle fænomener. Det gør dog, at hun opererer med en stor grad af generalisering i sin argumentation, og hun bruger ikke meget plads i bogen på "mellemregninger" og nuanceringer, men springer ofte til allerede tænkte konklusioner.

Hun medtænker fx ikke afvigelser pga. generationsforskelle, manglende homogenitet i de grupper, hun omtaler, eller lægger vægt på også at fremhæve de situationer, hvor forebyggelsen er gået godt. Hvor er fx alle de enlige mødre, som klarer sig godt? Her risikerer hun en sygeliggørelse af en bestemt gruppe mennesker for at fremhæve sin egen pointe.

En øjenåbner

Hun tager naturligt lægens udgangspunkt, dvs. i mødet med *patienter*, og det betyder i hendes bog, at hun taler fra et negativt udgangspunkt og fokuserer på begreber som "sygdomssporing", "overdødelighed" og "advarselssignaler". Hvor taler hun i stedet om sundhed og sundhedsfremme? Desuden forfalder bogen ind imellem til at stereotypificere mænd og kvinder. Alligevel må man dog give Birgit Petersson, at hun tør tale tydeligt i kategorier.

Der er ofte en tendens i den humanistiske litteratur til at tillægge detaljernes betydning næsten for stor opmærksomhed, og derfor er det forfriskende her at finde en bog, der tør stå ved sine pointer. Tværfaglighed kræver, at man kender sit eget fagområde indgående og derefter tør bevæge sig ud over det. Hun er modig i sit bidrag til tværfagligheden, og det lykkes mest, fordi hun er overbevisende i sin lægevidenskabelige argumentation.

Spørgsmålet er, hvilken målgruppe bogen taler til, og hvilken gruppe af befolkningen Birgit Petersson har villet skrive sig ind på med bogen. Det er en

populærvidenskabelig, letforståelig og -omsættelig bog. Med *Jagten på det sunde liv* har hun skabt en debatbog, som kan læses af alle med interesse for folkesundhed og -sygdom - uanset køn, alder eller uddannelse. Det er en meget holdningspræget bog, der tager standpunkter, og derfor vil problematikkerne i den også kunne diskuteres både i faglige kredse inden for kulturfagene og socialmedicinen samt ved aftensbordet. Den er skrevet for at åbne vores øjne for nødvendigheden af en endnu stærkere sammenhæng mellem viden og praksis på sundhedsområdet, og den er en beundringsværdig fortæller for, at ansvaret for sundhedstilstanden i Danmark ikke kun skal blive et individuelt ansvar hos det enkelte menneske.

Marit Nørgaard Petersen er cand. mag. i etnografi og europæiske kulturstudier.