

Fra syndefald til mandefald og sure sild

Hvis du er mand og går lige så lidt til læge, som dine artsfæller, skal du overveje at holde belgisk hyrdehund af racen Malinois. Den kan nemlig spore prostatakræft med sin supernæse for flygtige organiske forbindelser i urinen, hvilket kan indikere potentiel kræftsygdom. I forsøget jeg læste om, sporer en trænet hund 90 procent af tilfældene. Jeg ved så ikke, hvorfor hundene ikke for længst er indført som fast vagt i alle kommuner, på mandearbejdspladser og i sportsforeninger, og hvor nu de lægeforskrækkede mænd ellers gemmer sig. Omtalen af forsøget med hundene fandt jeg, da jeg researchede til et oplæg for ernæringsprofessionelle om, hvilke overvejelser jeg gør mig, når jeg sidder overfor en mandlig patient kontra en kvinde. Jeg havde bøvlet længe med oplægget, for naturligvis er jeg klar over, at jeg grundlæggende må se det menneske, jeg sidder sammen med, for at jeg kan vejlede, men hvad er det lige, der er unikt og kendetegnende for mænd kontra kvinder, når vi taler sundhed?

Jean Renoirs har sagt: "En mand tror kun det, han ser, lugter eller rører ved. En kvinde tror kun det, hun føler." Jeg tænker, mange mænd gennem tiden har fået ordkvalme af det føleri, jeg som kvindelig diætist i bedste mening har væltet ud over dem. Helt anderledes tilfreds har hans kone nok været, mens han har siddet og ventet på kontant viden, han kunne agere målrettet efter. En mand har ikke været hulemand på jagt efter bytte for ingenting.

En undersøgelse viser, at når danske mænd ser sig i spejlet, ser de sjældent en tyk mand, selvom deres BMI måske siger det modsatte. Kvinder, derimod, ser ofte sig selv som lidt for kraftige, om de er det eller ej. For kvinderne er småt feminint og godt, og for manden er det flot og maskulint at være stor, for muskler eller ej er maskulint.

Kvinder og mænd har også forskellige præferencer i relation til mad. Hvis mænd skal blive bedre til at spise frugt og grønt, går vejen igennem deres kvinder, tyder en ny undersøgelse på. Sådan har kvinder nok lige siden dengang, Eva bød Adam på et æble, og dermed fremkaldte syndefaldet, haft mere indflydelse på kødgryderne i hjemmet, end manden har. Tidligere var hans rolle som jæger og samler klar; han skulle som skaffedyr knokle for at nedlægge næring nok til familien eller bopladsen, og hans maskulinitet og udholdenhed var uundværlig for familiens overlevelse. I dag kan kvinden selv jage af sted til supermarkedet og nedlægge byttet på fem minutter. Den forandring i mandens rolle er forvirrende for begge parter, i hvert fald hvis man skal tro de snesevis af selvhjælpsbøger, jeg har snuset tilhen over sommeren i forbindelse med min research. Karikaturtegninger af kvinder, der kommer trækkende med mænd i snor, eller står med manden foran en pølsevogn og siger "du må godt", er der nok af. "Slip din indre maskuline mand fri" og blive gladere og få en gladere kone synes at være et af hovedbudskaberne.

Jo, kvinderne er givetvis noget af den bagage mændene har med. Med mindre vi som min patient Bruno har erkendt, at det med kvinder er som med mælk: Lader man dem stå for længe, bliver de sure. Han har levet uden en kvinde ved sin side, og spist mere fedt end frugt, og mere gris end grønt, for sådan noget "religiøst fis", tror han ikke på.

Ind imellem føler jeg mig klemt mellem mand og kone, når jeg må medgive, at sild ikke svømmer bedst i snaps, og at fuldkorn er bedre end fint brød. Når manden får en albue i siden

og et "kan du se, hvad jeg siger?"-blik, græmmes jeg lidt over kvindevældets bagside. Sure sild er der nemlig nok af, når jeg vejleder eller har gruppeundervisning. Kvinder, der har møvet sig med, fordi hendes pjok til mand ikke tager ansvar for egen sundhed og passer sin diæt. Nå, der er også masser af kvinder, der kærligt og i samhørighedens navn er med for at støtte. Men de emsige fylder, og jeg forstår alt for godt, at emsigheden nok er maskeret frygt.

Når jeg af og til har en ren mandegruppe, går der mandehørm i den. Uartige mænd sidder og gnækker og fortæller hinanden, hvor den billigste flæsketeg nakkes bedst i denne uge og hvilket supermarked, der har pilsnere på bud. Efter en tid er der hørm et af, og en vis nysgerrighed er alligevel at spore, når der næsten som i konkurrencesport ivrigt udveksles gode ideer til, hvordan kaninføde kan blive en smagfuld del af et godt og hjertevenligt måltid.

Der var ikke skyggen af værdiladning i det billede, jeg endte op med at tegne af den ballast, jeg tror, mange af mine mandlige patienter kommer med. Min konklusion var, at kvinder og mænd har et forskelligt syn på sundhed, og at anerkendelse, respekt, tillid, ansvar og ikke mindst nærvær er vigtige elementer, for begge køn. Desværre viser tal over mænds sundhed, at det er sundt med en kvinde til at rykke lidt i ærmet, for de færreste kan vist forvente at blive sporet af en belgisk hyrdehund.