



**Terje Carlsen**  
Frilansjournalist  
Foto: Elisabet Tangen

## Selvhjelpspasienten

Presset på det offentlige helsevesen har skapt en ny type pasienter, som i tråd med helsepolitikernes ønske «tar ansvar» for sin egen helse. Det gjør at svake grupper som ruspasienter og psykiatriske pasienter blir dårligere ivaretatt.

Verdens helseorganisasjon definerer helse slik: «Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.» Med retten til psykisk og fysisk helse følger også nødvendigvis plikten til å holde seg frisk. Vi ser det i helsemyndighetenes kommunikasjon til befolkningen (brosjyre fra Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag): «Kostholdet legger grunnlaget for god helse. Det kan være med å forebygge mange store helseproblemer, bl.a. hjerteinfarkt, høyt blodtrykk, kreft og mage-tarmsykdommer.»

Dette appellerer således til det å ta seg sammen, gjøre seg hard mot å la seg friste til lediggang og sofaliv. Hardheten symboliserer en fast grense mot omverdenen, dermed etableres selvet som suverent. I boken *Reading the slender body* fra 1990 viser Bordo hvordan den ukontrollerte kroppen er symbolisert gjennom arketyper i skrekkefilmer. *The Fly* og *Alien* involverer begge mærrittaktige karakterer som er en kombinasjon av monster og menneske. Det monstrøse er således uten grenser. Sånn sett kan den nye pleien og dyrkingen av kroppen og vekten også leses som en ny form for plikt-moral. Den som ikke makter dette, faller i synd.

På den måten blir den ungdommelige, veltrente kroppen også et narrativ om

selvkontroll og husholdning av driftslivet, mens det motsatte blir tilfellet for den utrente, ikke-husholderte kroppen. For så vidt er dette et gammelt tidsbilde som handler om viljekraft. Slik var det også i middelalderens Europa, da det ifølge Anthony Giddens' *Modernity and self-identity* var ganske vanlig at man søkte frelse ved å gjennomgå langvarig faste. Fordi hunger og matmangel svært ofte var ubehagelig til stede i tilværelsen, ble det å kunne avstå fra føde betraktet som den ultimate selvkontroll. De tidlige kristne som ønsket å oppnå ekte hellighet, spiste ifølge Deborah Luptons *Food, the body and the self* meget lite i sine forsøk på å transcendere kjødet og rense sjelen.

Paradiset ligger altså inn i fremtiden og oppnås gjennom forsakelse i nåtid. «Våk og be om at dere ikke må komme i fristelse! Ånden er villig, men menneskenaturen er svak», sier Matteus. Normalitetsdiskursens moralske tråd er derfor autensitet, som hviler på det «å være oppriktig overfor seg selv». Det innebærer at man med den skotske psykiater R.D. Laings formulering er i stand til å rive det sanne fra det falske selv.

I en viss forstand blir altså måling av kolesterolnivå, blodtrykk, puls og vekt således et moralsk anliggende, fordi målingen skaper en følelse av å være god eller verdig. Vi kan se det i talen om verdig og uverdigg trengende i helsevesenet. Dette gir helseaktørene stor mulighet for disiplinering av den moderne pasienten. Samtidig gir denne pastorale nytalen myndighetene adgang til utvidet kontroll med enkeltindividet, uten at de behøver å bekoste et kostbart byråkrati. Enhver skal bli sin egen helseminister, som de tidligere helseministre Dagfinn Høybråten og Jonas Gahr Støre så protestantisk

uttrykte det. Enkelte politikere og leger mener at de som selv har påført seg helseskade ved røyking og overvekt, må bære konsekvensene av dette og stille bak i helsekøen. Det er riset bak speilet.

I fjor sommer hadde jeg en overdose. Ambulansepersoneell og leger på sykehuset ga meg motgift og gjorde en stor jobb for å redde livet mitt. Jeg var virkelig medtatt da jeg våknet. Nedkjørt, som jeg hadde vært i lengre tid, hadde jeg ikke maktet å ivareta min personlige hygiene. Jeg spurte sykepleieren om hjelp til en oppgradering av min hygieniske tilstand. Det nektet hun å hjelpe meg med. «Det blir hjelp til hjelpeløshet å vaske deg», sa sykepleieren arrogant over skulderen. Da jeg var innlagt i psykiatrisk klinikk med brukket finger og sterke abstinenser for noen år siden, spurte jeg sykepleieren om hun kunne hjelpe meg med å skifte dynetrekk på sengen min. Det gjorde hun. Da jeg takket, sa hun: «Det kan jeg ikke leve av.»

Den moderne pasienten er altså blitt sin egen helseminister. Sånn sett kan skiftet fra det paternalistiske helsevesenet til dagens governmentality-helsevesen betraktes som del av et større neoliberalt gjennombrudd. Med institueringen av begrepet «retten til god helse», definert som fravær av sykdom og lyte, produseres altså «sannheter» om hva som er godt og hva som ikke er godt i moralsk forstand. Målet for det nye helsevesenet er naturligvis å øke avkastningen på menneskemateriellet, uten at vi kjenner det sånn. Det er her selvhjelpspasienten dannes.