



SINDSSYGE SLANKEKURE

I jagten på den perfekte krop gælder alle kneb, og gennem historien har det ikke skortet på hverken fantasifulde eller farlige metoder til at komme de overflødige kilo til livs.

Tekst Mette Stepnicka Illustration Rasmus Juul

Mennesket har alle dage stræbet efter den perfekte krop. I antikkens Grækenland var idealet et sundt legeme, fordi man dermed viste, at man havde selvkontrol og fremstod som en god borger. Dengang var der ingen mad-trends, og det var længe inden, at autoriteter som Statens

Husholdningsråd og Fødevarerstyrelsen begyndte at tegne madpyramider og udsende officielle kostråd. Så det dér med sundhed måtte man tage på *gefühl*. I 1700- og 1800-tallet begyndte små tips og tricks dog at snige sig ind i kogebøgerne. Her kunne man for eksempel læse, at der skulle pastinak på tallerkenen, hvis det stod skidt til med potensen. Var det derimod

hårvæksten, det haltede med, så skulle madmor servere kål. Og gulerødder var mirakelmidlet mod nyresten.

Som tiden gik, skiftede kropsidealerne. Nu var det ikke længere nok at have en sund krop; man skulle også have en smuk krop. Og med smuk mente man slank. Det blev startskuddet til den bølge af slankeure, der er skyllet ind over os lige

siden. For hvordan får man egentlig en smuk og slank krop? Det har der været et hav af temmelig fantasifulde bud på. Det er muligt, at man rent faktisk har kunnet tabe sig af nogle af dem, men uskyldige og sunde kan de i hvert fald ikke alle sammen kaldes. Nogle var direkte livsfarlige.

DRIK DIG SLANK

I 1100-tallet måtte den engelske konge Vilhelm Erobreren stå model til drillier fra den franske konge, fordi han var blevet noget buttet. Derfor udtænkte Vilhelm den ultimative slankekur – alkoholkuren. Logikken var til at tage og føle på: Hvis man intet spiste, men kun drak, måtte man nødvendigvis tabe sig. Det var sikkert også sjovere at leve af lutter alkohol frem for vand, for jo mere bedugget man bliver, desto mindre mærker man vel den gnavnende sult i maven. Det er dog tvivlsomt, hvor stor succes Vilhelm havde med

sin slankekur. Dels døde han af et fald fra sin hest (det kan være svært at holde balancen, hvis man er plørefuld), og dels skulle han efter sigende have været for stor til kisten, da han skulle begraves.

Alkoholkuren døde dog ikke med Vilhelm Erobreren. I 1970'erne hittede den såkaldte hvidvinskuren, der, som navnet antyder, gik ud på at pimpe hvidvin dagen lang. Noget kunne tyde på, at hvidvinskuren stadig lever i bedste velgående. Man kan i hvert fald godt mistænke 'Rytteriet'-snobberne Fritz og Poul for at arbejde på et seriøst vægttab.

Et andet bud på en flydende slankekur blev i 1960'erne præsenteret af en mand ved navn Roger Linn. Her var princippet også "drik dig slank". Det var

dog ikke kølig, perlende hvidvin, der skulle nedsvælges, men en mikstur af ben, hove, knogler og andet dyreaffald. Naturligvis

tilsat farve og smag, så den i det mindste fremstod en anelse appetitlig. Hvad der skulle have

været en bragende succes, endte dog som en rungende fiasko – og kostede 58 mennesker livet.

SLEEPING BEAUTY

Gennem tiden har folk gladeligt sat liv og lemmer på spil i jagten på en slank krop. Som modpol til spis-ingenting-kurene var der også spis-løs-kuren, der gik ud på at fylde sig med hvad som helst i samarbejde med en lille hjælper. Det var devisen i slutningen af 1800-tallet, hvor bændelorm-kuren dukkede op. Den gik i al sin enkelthed ud på,

at man slugte en pille med en bændelorm i, og så kunne man ellers æde løs, fordi bændelormen snyltede på den mad, man indtog, så intet satte sig på sidebenene. Ulempen var så lige risikoen for blodmangel, meningitis, hjerteproblemer og demens. Desuden var det vigtigt at sikre sig, at bændelormen var fra en ko, da den ellers kunne være livsfarlig at have indenbords. Og så handlede det ellers bare om at fortrænge, at sådan en fætter kan blive op til otte meter lang.

I 1930'erne var det store hit at dope sig med amfetamin, som dæmper appetitten. Pillerne gik også under navnet "ferietabletter", fordi man kunne drøne hele vejen sydpå i bil uden at falde i søvn. Successen varede dog ikke evigt, for i 1963 kom pillerne under narkotikalovgivning og kunne ikke længere købes i håndkøb.

Søvn var dog det vigtigste i 1970'ernes storhit Tornerosekuren, som Elvis Presley efter sigende tyede til, da pailletdragterne begyndte at stramme de forkerte steder. Som navnet antyder, var filosofien bag kuren at sove sig slank. Umiddelbart virker det jo logisk nok, at hvis man sover, så spiser man ikke. Men hvem har ikke prøvet at vågne af en rumlende mave? Løsningen på det problem var sovemedicin, som kunne sende selv den største *foodie* direkte til drømmeland.

Nåh ja, tænker du måske. Det var i 1970'erne. Folk var stenede. Men listen af vilde slankeure fortsætter helt frem til i dag, hvor det nye sort er at gå rundt med en sonde i næsen og fodre sig selv med flydende protein, hvilket giver ordet madpakke en helt ny betydning. ■