ERNÄHRUNG

Mittags erbrechen

Seit über 2000 Jahren mühen sich Menschen abzunehmen. Vorreiter des Diätwahns waren lange Zeit die Männer.

Noch in der Antike war es ein Privileg der Männer, sich über die Beschaffenheit ihres Körpers Sorgen zu machen. Der Herrscher Dionysios von Herakleia hatte dazu allen Grund.

Der Vielfraß war spektakulär fett und dramatisch kurzatmig. Aus Scham über die eigene Erscheinung mochte der Fleischklops nur noch auf ungewöhnliche Weise mit seinen Untertanen konferieren: Er verbarg seinen Leib in einem mannshohen Turm, aus dem nur der Kopf herauslugte.

Häufig fiel der Tyrann in einen komatösen Schlaf, begleitet von gefährlichen Aussetzern der Atmung. Seine Ärzte stachen dann „sehr lange, dünne Nadeln durch seine Hüften und seinen Bauch“, berichtete der römische Rhetoriklehrer Claudius Aelianus, um den bedenklich mit Sauerstoff unterversorgten Regenten aufzuwecken.

Der Eingriff am verfetteten Leib des Dionysios im 4. Jahrhundert vor Christus gilt Fachleuten als besonders frühes Beispiel einer medizinischen Intervention bei Fettsucht. Ein nachhaltiger Erfolg der rüden Methode ist allerdings nicht verbrieft. Die skurrile Episode markiert den Anfang jener mittlerweile über 2000-jährigen Geschichte irriger und absurder Diätbemühungen, die jetzt von der britischen Medizinhistorikerin Louise Foxcroft zusammengetragen wurde*.

Von der Antike bis in die jüngste Zeit verfolgten Menschen das Ideal festen Fleisches und einer schlanken Figur demnach mit einem unerschöpflichen Arsenal abseitiger Methoden. Überraschend dabei: Der Schlankheitswahn der Frauen nimmt in historischem Maßstab nur vergleichsweise wenig Raum ein. Erst seit etwa hundert Jahren steht das weibliche Idealmaß derart im Vordergrund, als wäre dies immer schon so gewesen. So scherzte 1923 der damals populäre britische Diätarzt Cecil Webb-Johnson: „Ein dicker Mann ist ein Witz. Eine dicke Frau ist ein doppelter Witz – auf sich selbst und auf Kosten ihres Mannes.“

In den Jahrhunderten davor, so Foxcroft, waren jedoch meist Männer die treibende Kraft an der Abmagerungsfront. Sie ersannen nicht nur mit nie versiegender Kreativität zweifelhafte Kuren, sondern waren zumeist auch selbst Adressaten der Behandlung. Der griechische Arzt Hippokrates etwa gängelte seine beleibten Patienten mit regelrechten Brechkuren. „Übergewichtige sollten sich in der Mitte des Tages erbrechen, nach einem langen Marsch und vor der ersten Mahlzeit des Tages“, empfahl der Medicus. Brechmittel der Wahl war ein Ysop-Trunk, gewürzt mit Essig und Salz.

Die ersten auflagenstarken Diätratgeber in der Geschichte orientierten sich noch stark an der antiken griechischen Säftelehre. So schrieb der Autor Sir Thomas Elyot in dem um 1540 erschienenen Werk „Castel of Helth“, Fisch sei dem Fleisch unterlegen, weil er das Blut verdünne. Butter sei nahrhaft; Käse sei ein Feind des Magens; Früchte könnten gefährlich sein, weil sie üble Säfte erzeugten, die faulige Fiebergase aufsteigen ließen.

Diätpamphleten von ehemals exzessiven Völlern, die sich zu Asketen gewandelt hatten, war besonderer Erfolg beschieden. Der venezianische Kaufmann Luigi Cornaro etwa wandelte sich als 40-Jähriger vom Lebemann zum Gesundheitsapostel und verfolgte fortan seine Zeitgenossen mit missionarischem Eifer.

Im Buch „Vom mäßigen Leben“ (erschienen 1558) predigte der Zelot unbedingte Enthaltsamkeit bei Tisch. Sich selbst gönnte der Konvertit zeitweilig nur einen Eidotter zum Mittag. Die Ideen Cornaros blieben bis ins 20. Jahrhundert lebendig.

Zum frühen Vorbild und Star aller selbstverliebten und dürren Bürgersöhnchen avancierte insbesondere auch der englische Dichter Lord Byron. Verzückt vom romantischen Ideal des blassen und hageren Poeten, traktierte der zum Übergewicht neigende Schriftsteller seinen Körper dauerhaft mit Hungerkuren.

Zwischen 1806 und 1811 magerte Byron von 88 auf 57 Kilo ab. Anders als dem fastenden Cornaro, der rund hundert Jahre alt wurde, nützte dem Dichter seine Schlankheit wenig: Er starb 36-jährig, geschwächt durch Aderlässe.

Auch andere Schriftsteller verfielen dem Diätwahn. Die Autoren Franz Kafka und Henry James etwa beabsichtigten zu Beginn des 20. Jahrhunderts, mit den Lehren des Amerikaners Horace Fletcher ihren Körper in Gertenform zu halten. Fletcher predigte minutenlanges Kauen der Mahlzeiten. James bejubelte zunächst den „göttlichen Fletcher“ – verlor nach einigen Jahren des mühsamen Mümmelns jedoch die Geduld und entwickelte einen „von Ekel gespeiste Abscheu“ vor Essen.

Womöglich fehlte den Männern in der Mehrzahl letztlich der fanatische Wille zur Magerkeit. Die Zeitenwende im Hungerkampf wurde mit einem Fanal eingeleitet. 1895 berichtete das Fachblatt „The Lancet“ über den aufsehenerregenden Fall einer 16-Jährigen aus dem englischen Bristol, die sich bis zur Einlieferung in ein Krankenhaus gehungert hatte. Die Patientin wurde ans Bett gefesselt und alle vier Stunden mit pulverisierter Kost zwangsernährt.

Die Bemühungen blieben zwecklos, das Mädchen verstarb. Mediziner verzeichneten den ersten bekannten Todesfall infolge von Magersucht.

FRANK THADEUSZ

ROGER-VIOLLET / BRIDGEMANART.COM

TV-YESTERDAY / INTERFOTO

Historische Anzeigen für Diätprodukte um 1895, um 1952: *Unerschöpfliches Arsenal abseitiger Methoden*

* Louise Foxcroft: „Calories & Corsets. A history of dieting over 2000 years“. Profile Books, London; 232 Seiten.