

magra kor som åt upp sju vackra och feta, och på samma sätt magra ax som uppslukade frodiga och feta. Josef tolkade drömmen korrekt, förutskickade hungersnöd efter överskottsår och påbjöd lagring. Det var därför egyptierna hade överskottsmat att sälja när Josefs bröder molokna kom för att köpa säd till sitt hungrande folk i Israel.

Det är väl känt att skönhetsidealen har blivit allt längre och allt tunnare. 1951 vägde fröken Sverige 68 kg och var 171 cm lång – en mullig blondin som liknade dåtidens yppiga filmstjärnor: Marilyn Monroe, Jayne Mansfield, Diana Dors och vår egen Anita Ekberg. Trettio år senare var fröken Sverige 175 cm lång och vägde 49 kg – ett rent anorektiskt skönhetsideal. På senare år har två latinamerikanska kvinnors öde väckt stor uppmärksamhet. Ana Carolina Reston och Eliana Ramos var båda vackra fotomodeller, som svalt ihjäl sig i en malign form av anorexi. Det mest otäcka, utöver den onödiga bortgången av två unga vackra kvinnor, är de upprörande modellbilderna som visas av dessa kvinnor, där de fullkomligt utmärglade har klätts på eleganta modekläder. Sedermera har även myndigheterna reagerat, eftersom dessa patologiska kroppar har blivit outhärdliga förebilder för unga flickor, och det finns nu länder där man förbjudit att visa bilder på fotomodeller som inte kan uppvisa ett visst rimligt minimi-BMI.

Om våra europeiska högtider leder till viktpendling kan detsamma sägas om den arabiska ramadantraditionen. Tiden för ramadan är kopplad till månörrelserna och varierar därför under åren. Ramadan innebär att man inte äter, dricker eller har sexuell umgänge mellan soluppgång och solnedgång, men därefter är det fritt fram. I princip är ramadan inte mycket annorlunda som begrepp än den katolska kyrkans fasta, det vill säga tanken att man genom en personlig uppoffring bidrar till att hylla ett religiöst ideal. Koranen är också mycket liberal och undantar från fastekravet unga, sjuka, gravida, ammande och resande. Forskare har naturligtvis intresserat sig för denna gratischans att studera viktpendling, men dessvärre har inte kvaliteten på dessa undersökningar varit särskilt hög. Vissa ambitiösa försök har dock gjorts och det visar sig att vikten egentligen inte går ner under en ramadanfasteperiod. Man tar igen under de mörka timmarna vad man förlorat under de ljusa. När välgjorda undersökningar har presenterats har man kunnat visa att det totala energiintaget är oförändrat, men att man har förändrat proportionerna mellan energigivarna och äter mera protein och fett än kolhydrater. För övrigt sker ingenting som vare sig ökar eller minskar kroppsvikten eller innebär någon som helst hälsorisk.

Tidigare forskningsresultat om jojo-bantningens farlighet har alltså kunnat avfärdas. Det finns i dag ingen anledning att låta bli att arbeta med sin övervikt för att på ett förnuftigt sätt gå ner i vikt och kunna hålla den bestående vikten på en lägre och mera hälsosam nivå. I ett vidare biologiskt perspektiv är jojo-bantningen som företeelse ingenting unikt. Viktvariation är en naturlig och integrerad del i både djurens och människornas liv.

**Stephan Rössner**  
professor emeritus,  
Karolinska institutet, Stockholm  
stephan@rossner.se

## BÖCKER



Pankreas och blodkärl »inifrån«. Ur boken »En annorlunda resa i vårt inre«.

## Mått på kroppens under

»Att leva är att ta mått på ett under«, skriver författaren Björn Ranelid i förordet till en annorlunda bok som gavs ut i Lund förra året. »En annorlunda resa i vårt inre« är ett multikonstverk som tilltalar sina läsare på tre mycket olika språk. Medicinarens sakliga framställning av funktionerna hos kroppsdelar och organ varvas med poetens vidlyftiga tankeutflykter, medan allt kopplas till det visuella språket hos en rad mästertligt utförda medicinska illustrationer. Bokens författare, kirurgiprofessor Ingemar Ihse, socionomen/poeten Bo Bjelvehammar och bildkonstnären/medicinske illustratören Bo Veisland, har tillsammans skapat en volym som tar mått på många av människokroppens under.

**Läsaren får** i tur och ordning veta vad som händer i hjärnan när man vill göra guld, som Strindberg, och hur hjärtats hålrum är kopplade till de många blodkärl som leder dit respektive därifrån.

Vi får veta att Descartes hade fel i fråga om själens säte: det är inte tallkottkörteln, utan det utomjordiskt säregna bihang som läkare kallar för pankreas och patienter för bukspottkörteln. Denna körtel »rider över kotpelaren« och massproducerar livsnödvändiga hormoner, exempelvis insulin, som gör att vi kan smälta vår föda och hålla kroppen vid liv. Pankreas är – precis som det anstår en själ – något svårhanterligt, omtalar boken. »Ingenting tycks hjälpa när kri-

ser uppstår på Nordirland, i Mellanöstern – och i pankreas«, har invärtesmedicinare och kirurger länge sagt.

Förr i tiden stod man mer eller mindre handfallen om bukspottkörteln drabbades av en tumör eller inflammation, eller om dess insulinproducerande celler – de Langerhansska öarna – slutade fungera. I dag är pankreaskirurgi inte längre den riskfyllda hantering som den var för 20–30 år sedan: åtta av tio patienter med svår pankreatit överlever numera sina operationer. Och de Langerhansska öarnas produktion kan ersättas med insulin utifrån eller genom transplantation.

»En annorlunda resa i vårt inre« är späckad med åskådliga närbilder av en rad utvalda organ som beskrivs i minsta detalj. Den som inte nöjer sig med stillbildernas detaljrikedom kan följa bokens förgrening till Internet och webbsidan [www.enannorlunda-resa.se](http://www.enannorlunda-resa.se). Där finns rörliga bilder animerade av Bo Veisland, sedan många år känd som en framstående medicinsk illustratör. Med hjälp av hans animationer kan man följa hjärtats arbete, se hjärtslagen eller resa med ljudet genom örat i 3D. Det som känns mest är animationen av en regelrätt rotfyllning av en tand, skildrat från första borrhkontakt till sista åtdragningen av en skruv rätt ner i tandroten. Materialet är såväl konst som informativt undervisningsmaterial.

**Gabor Hont**