

# De obesitate

[Columna latina Ylensyönti](#)



Roomalaisen elämänmuodon eksessit, kuten runsaat pidot, lienevät useimmille lukijoille tuttu asia. Kun pitovieraiden ventriculusten elastinen kapasiteetti alkoi olla käytetty, ei suinkaan ollut kotiinlähdön aika, vaan lisää tilaa saatiin indusoimalla *vomitus* eli kreikkalaisittain *emesis*. Toki jotkut yksilöt venyivät roomalaisellakin mittapuulla äärimmäisiin saavutuksiin, ja näitä ylisuorittajia kuvaava sanasto on pohjana myös eräille nykylääketieteen termeille. Vaikka *edones* ja *mandones* saattavat äkkiseltään kuulostaa gallialaisilta heimoilta, kyseessä olivat perusroomalaiset henkilöt, jotka olivat ymmärtäneet periaatteen *edimus ut vivamus*, syömme elääksemme, käänteisellä tavalla, *praepostere*.

Latinan syömistä tarkoittava verbi on *edere* (*edo, edi, esum*). Verbin partisii-pista on etuliitteellä johdettu adjektiivi *ob-esus*, joka tarkoittaa lääketieteessä suunnilleen samaa kuin peruslatinan *pinguis* ja *crassus* – lihava, paksu – joskin painotus on tilan hankitulla etiologialla. Ruoan tunkemisesta itseensä (tai kaveriinkin) saatettiin käyttää verbiä *farcire* (*farcio, farsi, fartum*), josta on myös johdettu lääketieteen termi *in-farctus*. Tämä ei tietenkään implikoi, että ylensyöminen olisi välttämättä infarktien syynä, vaan molempien käyttöyh-teyksien taustalla on verbin perusmerkitys ahtaa tai tunkea.

Ylensyömisestä lieveilmiöitä kuvaavat verbit *eructare*, röyhtäillä, ja *pedere* (*pe-do, pepedi, peditum*), pierrä. Ensiksi mainittu on jättänyt lääketieteeseen substantiivin *eructatio*. Jälkimmäinen verbi on puolestaan korvattu kauniste-levalla termillä *flatus*, joka oikeastaan tarkoittaa puhallusta. Oksentamista tarkoittava *vomere* (*vomui, vomitum*) on tuttu edellä mainitusta *vomitum*-subs-tantiivista. Jos kyse on toistuvasta aktista, siis oksentelusta, vivahteikas latinan kieli antaa mahdollisuuden ilmaista tämänkin nyanssin verbillä *vomitare*.

Roomalaiset tiesivät hyvän lääkkeen ylensyöntiä ja -juontia vastaan. Se on kaali. "*Brassica est quae omnibus holeribus antistat, eam esto vel coctam vel crudam*" eli "Kaali on kaikista vihanneksista paras, syö sitä raakana tai kypsennettynä". Näin kirjoittaa **Marcus Porcius Cato** teoksessaan *De agri cultura*. Kaalista tietää nykyihminenkin ainakin sen, että siitä tehty laiha keitto on eri-nomainen vatsantäyte laihduttajalle. Caton mukaan kaali, varsinkin viinietikalla höystettynä, edistää ihmeellisellä tavalla ruuansulatusta, tekee oivalliseksi ulosteen, ja virtsa on terveellistä moneen käyttöön. Tämän perään Cato ei lisää, että Karthago olisi tuhottava, vaan neuvoo: "Jos haluat pidoissa juoda ja syödä yllin kyllin, niin syö ennen pitoja mielin määrin kaalia etikan kera, ja pitojen jälkeen vielä viitisen lehteä. Tuntuu kuin et olisi syönyt lainkaan ja voit juoda niin paljon kuin tahdot."

Samaisessa Maanviljelyksestä-teoksen kohdassa (156-7; ilmestynyt suomeksi nimellä *Herrasmiesmaanviljelijän käsikirja*), Cato antaa erilaisia kaalireseptejä varsinkin suolistovaivoihin mutta myös haavojen hoitoon, turvotuksiin, paisuksiin, nyrjähdysiin, nivelvaivoihin, unettomuuteen, vanhuudenheikkouteen, sieraimen polyyppeihin, huonokuuloisuuteen ja syyhyyn. Yleinen heikkous paranee, jos kylpee kaalia syöneen ihmisen virtsassa. Tämä neste auttaa myös silmävaivoihin, päänsärkyyn, hartiakipuihin ja kuukautisvai-voihin. Pahoihin vatsanvään-teisiin taas on oivallista kypsäksi keitetty kaali, jossa on suolaa, ohrajauhoja, roomankuminaa ja oliiviöljyä. Virtsaamisvai-

keuksiin puolestaan auttaa puolikypsä kaali öljyn, suolan ja roomankuminan kera. Ainakin varttuneemmat kansalaiset muistavat ajat, jolloin imettävät naiset hoitivat rintarauhastulehdustaan menestyksellisesti kaalinlehdillä.

Catolta on säilynyt myös runomittaisia elämänohjeita: *Sit tibi praecipue, quod primum est, cura salutis. Tempora nec culpes, cum sis tibi causa doloris.* "Terveys on tärkein, pidä siitä erityisen hyvää huolta. Olosuhteita älä syytä, jos itse olet särkyysi syyllinen"(Disticha Catonis 2,30).

*Teksti on julkaistu Lääkärilehden Columna Latina -palstalla lehdessä 5/15.*

Työryhmä:

Kimmo Kemppainen

Arto Kivimäki

Antti Jääskeläinen

Ylermi Luittinen

Martti Vastamäki

Toimittaja: Hannu Ollikainen, Lääkärilehden vastaava päätoimittaja