

---

## Beiting og bordskikk

---

FORSIDEBILDET

---



Foto Nasjonalgalleriet, Oslo

Maleren Nils Gustav Wentzel (1859 – 1927) markerte seg i 1880-årene med sine meget realistiske og naturtro skildringer fra norsk dagligliv. På forsiden gjengir vi et slikt bilde. Det er fra 1885 og hadde først tittelen Morgenstemning, men fikk senere navnet Frokost II fordi han også hadde tatt opp samme motiv i 1882 i et annet bilde som også finnes i Nasjonalgalleriet, Frokost I.

Frokost som motiv?

Vi ser i Frokost II en småborgerlig familie, sittende relativt pent rundt spisebordet. Det er dekket på i stuen. Lyset fra gaten utenfor trenger mykt inn gjennom tyllgardinene, men familien har også tent et lys på bordet, slik at et

flakkende gulskjær faller over ansiktene og bort på det blomstrete tapetet og på pendeluret på veggen. Vi ser ikke tallskiven, men lyset tilsier at det er tidlig på dagen.

Alle er opptatt med sitt. Far i huset tar en kikk på noe som kan være et brev. Kanskje har postmannen alt vært der? Den ene sønnen repeterer tydeligvis lekser, mens den andre skyller ned brødskiven med kaffe slått på skålen. Det er sannsynligvis moren i huset vi ser med ryggen til. Storesøster eller tante sitter tenksomt tvers overfor henne. Lillesøster prøver på sin side å tiltrekke seg oppmerksomheten så godt hun kan. En dagligdags scene fra et hverdagslig familieliv. Som i dag.

Skjønt – hvor dagligdags er det etter hvert blitt at familien sitter rundt bordet og har måltidene som samlingspunkt? Kanskje er det simpelthen en myte at vi spiser f.eks. frokost, formiddagsmat, middag og aftens hver dag i en bestemt rytme? Kan hende har det heller aldri vært et så fasttømret mønster i spisevanene som vi tror?

Fra 1880-årene var det behovsprøvd skolebespising i en del norske folkeskoler fordi man antok at kostholdet var utilstrekkelig. Det var middagsmat som ble servert på skolen. Men i 1920-årene forandret skoleoverlegen i Oslo, Carl Schiøtz (1877 – 1938), denne ordningen, slik at skolebarna i Oslo isteden fikk frokost. For middag vanket det som regel likevel når far og kanskje mor i huset kom fra arbeidet. Det var morgenstemningen i hjemmet det ble satt spørsmålsteget ved: Fikk barna ordentlig frokost i travelheten?

Hvordan er dette i dag? I mange familier er morgenen kaotisk. Det er heller ikke spesielt mye ro over middagstiden, for da skal noen kjøres på trening, noen skal på musikken, andre på speider'n, moderen er ikke her for hun jobber seint i dag osv., osv. Hva gjør dette med kostholdet og hva gjør det med familiefellesskapet?

Hvis noe måltid skulle være et stabilt ankerfeste i dagens hverdag, er det for mange moderne nordmenn heller lunsjpausen på jobben, kombinert med hyggepraten med kollegene. Og de fleste med litt arbeidsmedisinsk erfaring vil vite at et av de første tegnene på at det er noe galt i gjære med arbeidsmiljøet, er når det begynner å tynnes i kantinen og brødpakker fortæres ved skrivebordene isteden. Eller når folk rotter seg sammen i smågrupper rundt kaffekokere på møterom.

Det er liksom ikke in å være bundet av noe så borgerlig som et måltidsmønster heller. I en annonsekampanje kunne vi nylig se et identifikasjonsobjekt, en yngling, en person av den typen amerikanerne kaller self-important, med arrogant tyngde uttale at i hans travle yrke var det ikke tid for faste måltider. Så han måtte bruke tyggegummien XX for å holde riktig pH i kjeften, slik at hans hvite sjarmørtenner ikke skulle angripes av tannråte.

Formodentlig spiste han gatekjøkkenmat når han var sulten. Eller han gikk i brødboksen og kjøleskapet. Beiting er det mange som kaller dette spisemønsteret. Man tar seg litt å spise når man er sulten.

Er ikke dette greit nok? Er ikke dette bare en tilpasning til endringer i livsstil? Men ernæringsfysiologene har bekymringer for kostholdets kaloriske innhold og sammensetning. Andre bekymrer seg for de sosiale virkningene av

manglende måltidsfellesskap.

Klinikerne blant oss, f.eks. de som skal snakke diett med pasienter, kan få problemer med dem som beiter. Hvis man reflektorisk gumler i seg et eller annet når man føler for det, er det både vanskelig å gjenkalle i erindringen hvor mye og hva man spiser, enn si å ta innover seg og å overholde et nødvendig kostregime, slik som f.eks. ved diabetes.

I all kostholdsinformasjon er det i våre dager trolig nødvendig å gå ut fra at myten om det regelmessige kosthold virkelig er en myte. Spør om spisevanene. Kanskje stiller du diagnosen beiting og må ta utgangspunkt i det for ditt videre arbeid med pasienten.

Det kan høres gammeldags ut, men det er mulig at man simpelthen gjør sine barn en sosial og helsemessig tjeneste ved å innføre og å holde på faste spisevaner. Sitte pent og holde bordskikk. Vi skal spise nå, og det er nå vi spiser. Du hører hjemme i et fellesskap, og det er nå dette fellesskapet spiser.

Faktisk er jeg ikke fremmed for å erkjenne bordversets sosiale funksjon i så måte heller, som signal og ordnende prinsipp. Et måltids, et avbrekks begynnelse og slutt.

Dagen kan komme da orden på måltidene er en medisinsk nødvendighet, og da kan det være bra å ha rutinen i blodet.

---

ØivindLarsen

---

---

Publisert: 20. september 2000. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.