

BIANCA-KARLA ITARIU  
JOHANNA BRIX

# DAS GEWICHT UNSERER KÖRPER

über Bodyshaming in der Medizin –  
und warum Mitgefühl und  
Respekt wichtiger sind als  
Abnehmtipps

## Inhalt

### Teil 1 Körperbilder und Diskriminierung im geschichtlichen Kontext

*Über die historische Darstellung von Körpern, Venus von Willendorf, die Beurteilung und Interpretation von Frauenkörpern, Stigma und Bias früher und heute*

### Teil 2 Adipositas

*Über Adipositas als Krankheit, Definition und Bewertung, warum „einfach abnehmen“ nicht funktioniert, Diskriminierung von mehrgewichtigen Menschen im Alltag, Vorurteile unserer Gesellschaft, die Folgen, soziale und finanzielle Aspekte in Zusammenhang mit Adipositas, Erlebnisse und Erzählungen von Betroffenen*

### Teil 3 Systematische Diskriminierung und ihre Auswirkungen auf die Gesundheitsversorgung

*Über das Gesundheitssystem, Nachteile in der Versorgung, die Klassen im Gesundheitsbetrieb, Gefahren von Adipositas und die unzureichende Behandlung von mehrgewichtigen Menschen bei Krankheiten, die Abnehmindustrie, Body Positivity, über den Stand der Forschung*

### Teil 4 Lösungsvorschläge

*Über mögliche Lösungen und den notwendigen Abbau von Vorurteilen in der Gesellschaft und der Medizin, weshalb wir unser Gesundheitssystem revolutionieren müssen und wie wir das schaffen, warum Respekt und Empathie wichtiger sind als Abnehmtipps, Forderungen und Empfehlungen an den Gesundheitsbetrieb*

## Körperbilder und Diskriminierung im geschichtlichen Kontext

### Venus

Kleine, dicke Frauen waren schon immer die bescheidenen Herrscherinnen des Universums. Dies mag zumindest die Auffassung der Menschen vor etwa 30.000 Jahren gewesen sein, als sie die eindrucksvolle Venus von Willendorf schufen. Die prähistorische Kalksteinskulptur, auch bekannt als „die Frau von Willendorf“, ist eines der ältesten erhaltenen Kunstwerke der Menschheit und fasziniert durch ihre vielfältigen Interpretationsmöglichkeiten. Dennoch bleibt ihre wahre Bedeutung im Dunkeln verborgen und wird wohl für immer ein Rätsel bleiben.

Für den\*die Schöpfer\*in der Venus von Willendorf war die Bedeutung dieser Figur eindeutig. Wir Menschen der Jetztzeit haben nur die Möglichkeit, ihre Bedeutung im Kontext unterschiedlicher Zeitalter zu verstehen: von einem Fruchtbarkeitssymbol über eine Göttin bis hin zur Großmutterfigur – alles ist möglich. Rund 30.000 Jahre nach ihrer Erschaffung steht sie im Naturhistorischen Museum in Wien, ausgestellt in einer Vitrine aus Panzerglas und erhält seit ihrer Entdeckung 1908 rege Aufmerksamkeit. Die 11 cm hohe Skulptur stellt eine dicke, nackte Frau mit kräftigen, runden Kurven dar. Ihr Kopf ist groß, bedeckt von einer Frisur mit vielen kleinen Locken, die auch ihr Gesicht verstecken. Die üppigen Brüste, bis zum Bauchnabel reichend, die Arme darübergelegt. Das Gesäß und die Hüften sind breit, der Bauch ist groß und rund, die Vulva unübersehbar. Die realistische Darstellung der Beine, insbesondere der

Knie, erstaunt und wirft Fragen zur damaligen Kenntnis der Künstler\*innen über mehrgewichtige Frauen auf. Die Darstellung der Knie in dieser Weise wäre ohne ein gewisses anatomisches Wissen nicht möglich gewesen.

Die Frau von Willendorf vereint realistische Elemente und kulturelle Vorstellungen aus ihrer Entstehungszeit. Andere Venusfigurenfunde in Europa und Asien zeigen, dass die Darstellung von übergewichtigen Frauen bereits in der Steinzeit existierte und somit keineswegs eine moderne Erscheinung ist. Die Modelle, von denen diese Figuren abgeleitet wurden, könnten aufgrund ihres Körperbaus vielleicht maßgeblich zum Fortbestand der Menschheit beigetragen haben.

Doch wenn wir unseren Blick auf dicke Frauen der Gegenwart richten, erleben wir eine andere Realität. In den Medien sind sie so unsichtbar wie das Gesicht der Venus. Ihr Körper wird selten gezeigt, und wenn doch, dann nur als „kopflose Dicke“<sup>1</sup>, als Bildmaterial in Zeitungen oder wissenschaftlichen Vorträgen. Die Gesellschaft betrachtet sie oft als minderwertig und ganze Industrien zielen darauf ab, ihren Körper zu formen und zu optimieren. Diese Frauen bekommen vermittelt, dass sie nicht gut genug sind, sondern faul, willensschwach, unschön und unwürdig. Fettfeindlichkeit und die Stigmatisierung mehrgewichtiger Menschen sind die einzigen diskriminierenden Praktiken, die noch salonfähig sind.

Das Leben formt unseren Körper. Die Zeit, in der wir leben, bestimmt, wie diese Form gewertet wird.

In diesem Buch möchten wir dazu einladen, umzudenken. Wir wollen mehrgewichtige Menschen so zeigen,

wie sie sind – als Leistungsträger\*innen unserer Gesellschaft –, und dazu ermutigen, die eigene Einstellung ihnen gegenüber zu hinterfragen. Der gegenwärtige Umgang ist nicht nur problematisch, sondern auch gesundheitsschädigend, und wir müssen unsere Meinungen und Vorurteile prüfen. Die negativen Erfahrungen vieler Menschen mit Übergewicht zeigen, dass dies notwendig ist. Eine Veränderung unseres Blicks auf mehrgewichtige Menschen kann tatsächlich zu einer besseren Gesundheitsversorgung für alle führen und unserer Gesellschaft einen Zugewinn bringen.

Um dieses Ziel zu erreichen, begeben wir uns auf eine Reise in die Vergangenheit, um den Kontext zu verstehen, wie die Menschheit früher mit Körperformen umgegangen ist. Die Venus von Willendorf wird dabei zum Ausgangspunkt. Wir wollen sie zum Anlass nehmen, in einem wertschätzenden und offenen Rahmen über die Vielfalt dicker Körperbilder in unserer Gesellschaft zu sprechen und Körperformen als einen wertfreien Einblick in das Menschsein selbst zu betrachten, sei es im Museum oder in alltäglichen Begegnungen.

Diese Reise verbindet Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, um die Bedeutung und Auswirkungen unseres Umgangs mit übergewichtigen Menschen für die heutige Gesellschaft und kommende Generationen klarer zu machen. Wir glauben daran, dass wohlwollendere und verantwortungsvollere Auseinandersetzungen auf allen Ebenen zu einem würdevollen Umgang mit mehrgewichtigen Menschen führen werden.

---

<sup>1</sup> Cooper, C. <https://charlottecooper.net/fat/headless-fatties-01-07/>

## Burgring 7

Die Venus von Willendorf ist nicht nur für Künstler\*innen von großem Interesse, sondern auch für Mediziner\*innen, insbesondere Ärzt\*innen, die Menschen mit krankhaftem Übergewicht (Adipositas) behandeln. In der medizinischen Forschung wird sie als Beispiel für die kulturelle und historische Variabilität des Körpergewichts und der Körperwahrnehmung angeführt. Ihr Bild wird häufig bei Vorträgen oder als Logo von wissenschaftlichen Fachgesellschaften, wie den Adipositas Gesellschaften und der Metabolischen Chirurgie, aber auch in Kunstkatalogen, Büchern, auf Postkarten, als Puddingformen und Keksausstecher verwendet. Jeder Anblick gibt uns Anlass zu einer Auseinandersetzung mit ihrer Form. Ist sie eine Darstellung von Fruchtbarkeit, Schönheit, Überleben oder etwas anderem? Wie lässt sich anhand dieser Figurine das Verständnis von Übergewicht in verschiedenen Kulturen und Zeiten vergleichen?

Manche Forscher\*innen sind der Meinung, dass Übergewicht in unterschiedlichen Zeiten und Regionen als attraktiv und vorteilhaft angesehen wurde, nicht als negativ oder ungesund. Neurowissenschaftler\*innen interpretieren Übergewicht als ein Beispiel für die außergewöhnliche technische Leistungsfähigkeit und symbolische Vorstellungskraft, die ein Mensch erreichen kann.<sup>2</sup> Eine weitere Interpretation deutet Mehrgewichtigkeit als ideales Symbol für Überleben und Schönheit während Hungersnöten und Klimawandel im paläo-

---

<sup>2</sup> Defelipe J. The evolution of the brain, the human nature of cortical circuits, and intellectual creativity. *Frontiers in neuroanatomy*. 2011.

lithischen Europa,<sup>3</sup> allerdings wird dieser Interpretation von anderen Expert\*innen klar widersprochen.<sup>4</sup> Wir dachten, die Forschung hätte eine eindeutige Antwort auf die Frage zur Bedeutung der Venus, so ist es aber nicht.

Für uns beginnt das Buch an einer bestimmten Adresse in Wien, im Naturhistorischen Museum, Burgring 7, wo wir Dr. Caroline Posch, Kuratorin der Sammlung Steinzeit der Prähistorischen Abteilung, und Dr. Walpurga Antl-Weiser, Kuratorin der alt- und jungsteinzeitlichen Sammlung der Prähistorischen Abteilung, treffen.

Dr. Caroline Posch begleitet uns zum Venus-Kabinett und wir stehen in einem dunklen Raum, erfüllt von Ehrfurcht, vor diesem runden Menschenbild aus Oolithgestein. Seit dem Paläolithikum scheinen Menschen von ihrer eigenen Körperform fasziniert zu sein und versuchen, sie darzustellen. Wurde Korpulenz zelebriert? Wie haben die Menschen in der Steinzeit gelebt, wie sich ernährt? Wie wurden Geschlechterrollen wahrgenommen? In unserem Gespräch mit den beiden Expertinnen finden wir Antworten auf diese und andere Fragen, die auf den neuesten Forschungen basieren. Die Herausforderungen und Chancen, die sich bei der Interpretation prähistorischer Kunst im Kontext moderner Diskussionen über Körperbild und Schönheit ergeben, sind eng mit den Fragen zur Gesundheitsversorgung verbunden, welche wir im Buch kritisch hinterfragen.

„Die Entdeckung der Venusfigurinen begann 1864 im heutigen Frankreich“, sagt Dr. Antl-Weiser, „mit der sogenannten ‚Venus impudique‘, aufgrund ihrer nackten Darstellung auch als unkeusche Venus bekannt.“ Seitdem wurden immer wieder Figuren gefunden, wobei die berühmteste die Willendorfer Figur ist. Diese Figuren sind etwa zwischen 22.000 und 30.000 Jahre alt. Ihre Funktion bleibt unklar – ob Sexsymbol oder Kinderspielzeug, moderne Interpretationsversuche spiegeln unsere Gedanken, Erziehung und Weltanschauung wider. Ursprünglich wurden sie von Männern betrachtet und erforscht, was zu einer rein männlichen Perspektive führte, die nackte Frauen mit Fruchtbarkeit gleichsetzte – also wurden auch diese uralten Objekte dem „Male Gaze“<sup>5</sup> unterworfen. Moritz Hörner, Gründer der Prähistorischen Lehrkanzel an der Universität Wien, interpretiert sie im Kontext altsteinzeitlicher Jäger als Aussage der paläolithischen Kunst: „Dickes, fettes Weib, großer Bison, starker Bison.“ Es war damals selbstverständlich, dass die Figuren aus einer rein männlichen Perspektive betrachtet und nackte Frauen mit Fruchtbarkeit gleichgesetzt wurden. Im Unterschied dazu wurden Männerfiguren aus der Antike aber nicht als unkeusch und auch nicht als Lustobjekte interpretiert. Mit Schamlosigkeit hat allerdings auch die Interpretation der weiblichen Figuren im Nachhinein nichts zu tun.

<sup>3</sup> Johnson RJ, Lanaspas MA, Fox JW. Upper Paleolithic Figurines Showing Women with Obesity may Represent Survival Symbols of Climatic Change. 2021.

<sup>4</sup> Klaric L. Female Figurines, Climate Sensationalism, and Archaeological Shortcomings. 2021.

<sup>5</sup> Der „Male Gaze“ ist ein Begriff aus der feministischen Theorie, der beschreibt, wie Frauen in der Kunst und Literatur aus einer männlichen, heterosexuellen Perspektive dargestellt werden: als sexuelle Objekte für das Vergnügen des männlichen Betrachters. Dadurch werden Frauen entmenslicht, sexualisiert und unterworfen, die Vielfalt und die Perspektiven anderer Geschlechter und Sexualitäten werden dabei ignoriert oder ausgeschlossen (<https://www.verywellmind.com/what-is-the-male-gaze-5118422>).

Diese Sichtweise wurde später durch differenziertere Forschungsblicke überholt. In den 1940er-Jahren wurden in einer anderen Interpretation die Figurinen als „Hüterinnen der Stelle“ gedeutet, „die man auch immer wieder aufgesucht, und sozusagen als Beschützerin des Ortes dort wieder zurückgelassen hat“, sagt Dr. Antl-Weiser. „Hamcha“ ist ein Begriff aus dem sibirischen Schamanismus, er bezeichnet eine heilige Stätte oder einen Kraftort. Die Venusfigurinen wurden möglicherweise an solchen Orten aufgestellt, um sie zu schützen und zu segnen. Die sibirischen Frauen spielten dabei eine besondere Rolle als Vermittlerinnen zwischen den Menschen und den Geistern. Diese These stützt sich auf ethnografische und archäologische Hinweise. Allerdings ist auch das nur eine von vielen Interpretationsmöglichkeiten. Die Idee, dass die Figuren verschiedene Gottheiten repräsentieren, wurde verworfen, da diese im Paläolithikum keine Rolle spielten.

Was sind die Herausforderungen und Chancen bei der Interpretation prähistorischer Kunst im Kontext moderner Diskussionen über Körperbilder und Schönheit? Dr. Antl-Weiser kann sich für die Steinzeit zwar keine spontanen Modeerscheinungen vorstellen, aber Menschen in verschiedenen Regionen waren doch unterschiedlich geschmückt. Aus den Überresten der Kleidung können wir heute noch Rückschlüsse ziehen. Auch da gibt es regionale Unterschiede: In Süddeutschland wurde Elfenbeinschmuck bereits vor etwa 40.000 Jahren hergestellt und dann immer weniger verwendet. Zu der Zeit, in der die Venus von Willendorf entstand, war Elfenbein-, Muschel- und Schneckenschmuck „in“.

Dr. Posch sieht die Bedeutung dieser Diskussionen in den vielen Anfragen, die das Museum bekommt. Für Kunstprojekte zu Body Positivity, aber auch als Brust-

krebsvorsorge wurde die Venus in Werbekampagnen thematisiert und abgebildet. Prähistorische Kunst zeigt, dass wir das Menschliche von Menschen verstehen und greifbar machen können. „Wir zeichnen, wir formen und bilden uns ab. Die Darstellung der Knie, das Berühren, das ist etwas zutiefst Menschliches.“ Die Venus ist eine wunderbare Projektionsfläche. Wir werden nie Antworten auf alle unsere Fragen zu ihr erhalten, aber das macht sie umso faszinierender. „Und ich denke, solange das in einem wertschätzenden und offenen Rahmen passiert, besteht sicher eine Chance, Antworten zu erhalten“, ergänzt Dr. Posch.

Ähnlich sieht es die französische Paläontologin, Philosophin und Historikerin Claudine Coen. Sie stellt in ihren Büchern fest, dass wir Menschen uns seit dem Paläolithikum für die Form unseres eigenen Körpers begeistern und versuchen, ihn darzustellen. Die Willendorfer Figur zeigt interessanterweise die Diversität, die schon im Paläolithikum üblich war: Es gab dicke, dünne, abstrakte und zeichenhafte Teildarstellungen. Die Vielfalt zeigt sich in realistischen Elementen, die jedoch nach bestimmten Vorstellungen verändert wurden.

Laut Dr. Posch gab es in Willendorf an der Ausgrabungsstätte nicht nur eine, sondern drei Venusfiguren. Die beiden anderen sind längliche Figuren aus Elfenbein. Die eine ist eine sehr kleine Figur, die abstrakte menschliche Züge aufweist, die andere eine schlanke, große Figur mit weiblichen Attributen. Es gibt also verschiedene Darstellungen in Willendorf und die Erzählung dahinter, diese spezifische Form der Figur auch so darzustellen. Warum finden nun alle die Venus von Willendorf so besonders? Warum kennt sie jedes Schulkind, nicht aber die anderen beiden Venusfiguren?

Dr. Antl-Weiser und Dr. Posch bringen es auf den Punkt: „Weil sie so schön geformt ist“, und „von Anfang an gute PR hatte.“ Außerdem war sie die erste Figur, die so vollständig und genau dokumentiert wurde. Die anderen wurden bei Raubgrabungen oder ähnlichen Aktionen entdeckt und wurden nicht so genau dokumentiert, was Restzweifel zu ihrer Authentizität aufkommen ließ.

Dominik Leiter, ein österreichischer Archäologe und Leiter der Prähistorischen Abteilung des Naturhistorischen Museums Wien, ließ kurz nach dem Fund professionelle Fotos von der Venus machen, hielt Vorträge und verfasste wissenschaftliche Arbeiten zum Thema. Schon 1909 gab es Repliken der Figur. Die Entdecker sind mit ihr „sehr gut hausieren gegangen“, sagt Dr. Posch. Seit 1910 ist sie in die Kunstgeschichte der Welt aufgenommen. Sie ist das am häufigsten dargestellte prähistorische Kunstobjekt.

Im Gespräch kommen weitere Fragen im Kontext von Geschlechterrollen und -stereotypen auf. Zunächst wurde bei Ausgrabungen öfter angenommen, dass kleinere Knochen zu weiblichen Skeletten gehören. Später stellte sich jedoch heraus, dass dem nicht so ist. Es ist faszinierend, zu bedenken, wie sich die anfängliche Ähnlichkeit zwischen den Skeletten von Männern und Frauen im Laufe der Zeit zu einem zunehmend sexuellen Dimorphismus entwickelt hat. Dr. Antl-Weiser betont, dass der sexuelle Dimorphismus in der gesamten Menschheitsentwicklung präsent und möglicherweise früher sogar stärker ausgeprägt war. Die Unterscheidung zwischen den Geschlechtern anhand von Skeletten ist nicht so einfach, da es viele Zwischenformen gibt. Oft wird ein zartes Skelett einer Frau zugesprochen, während bei kräftigeren Skeletten von einem Mann ausgegangen wird. Funde von bestatteten Leichen wurden

so oftmals fehlinterpretiert und erst genetische Untersuchungen zeigten, dass Skelette mit schmalem Becken und großem Kopf und Brustkorb sehr wohl von Frauen stammen können. „Wir alle sind auf gewisse Weise auch Kinder unserer Wissenschaften. Besonders die Archäologie ist ein Kind des 19. und frühen 20. Jahrhunderts, in dem die Interpretation eine große Rolle spielte“, stellt Dr. Posch fest.

Interessant ist, dass fast überall, wo es weibliche Figuren gibt, auch männliche Figuren existieren – weit weniger, aber doch. Dies gilt für fast alle Fundstellen. Es gibt nur wenige Ausnahmen. Die Bedeutung dieser Tatsache ist unklar. Es gibt Darstellungen von schlanken, dicken und schwangeren Männern, sowie von Tieren. „Möglicherweise sind sie Teil von Geschichten, die man sich erzählt hat.“ Wie eine Wand, die unmöglich zu durchdringen ist und an der alles abprallt, so ist die Interpretation prähistorischer Kunst aus heutiger Sicht. Durch unsere eigene Reflexion können wir ein Bild erhalten, das jedoch stark vom Zeitgeist abhängig ist. Wir projizieren unsere Gedanken und haben dadurch andere Erklärungsansätze.

Anders ist es in der Kunst *über* die Steinzeit. „Es ist ja sehr witzig“, sagt Dr. Posch, „wir haben ja bei uns oben im Steinzeitsaal so ein ganz großes Gemälde. Das ist das Idealbild der Steinzeit von Hugo Darnaut. Auf diesem Gemälde sind 35 Personen drauf. Drei Frauen und ein Kind, alle anderen sind Männer.“

Unsere Diskussion erweitert sich um das Spannungsfeld der Geschlechteraufteilung in der Forschung. Dadurch entsteht ein Bias in der Wissenschaft, insbesondere in der Archäologie, aber generell in der Forschung, aufgrund der früheren Dominanz männlicher Forscher.



Dr. Antl-Weiser fügt hinzu: „Bis ich zu studieren begonnen habe, waren eigentlich fast ausschließlich Männer an den Fakultäten.“

[...]

Wir fragen, ob es vorstellbar wäre, dass die Arbeitsaufteilung nach den Ressourcen und nicht nach dem Geschlecht organisiert war. Die Forscherinnen gehen davon aus. Anthropologische Untersuchungen von jüngeren, bestatteten Frauen zeigen, dass diese eine beachtliche Muskelmasse hatten. Ein Arm wurde zum Beispiel durch die Nutzung von Speeren und Steinschleudern stärker belastet. Der Vorteil, den diese Menschen hatten, war ihre gewisse Flexibilität. Sie waren nicht Jäger\*innen oder Sammler\*innen, sie waren gleichzeitig Jäger\*innen und Sammler\*innen und arbeiteten zusammen.<sup>6</sup> Die Paläontologin Linda Owen hat festgestellt, dass Werkzeuge oft automatisch mit Männern assoziiert werden. Aber Frauen hätten diese Werkzeuge selbstverständlich auch genutzt. Auch bei der Betrachtung von Tätigkeitsfeldern werden oft nur männliche Berufe berücksichtigt. Das sollten wir ändern und uns bewusst machen, dass Frauen genauso gut mit Werkzeugen umgehen konnten.

Frauen wurden durch die Geschichte hindurch mit einer Vielzahl von Arbeiten überhäuft und haben diese gemeistert, insbesondere im bäuerlichen Bereich. Warum sollen Frauen im Paläolithikum nur dagesessen und die Kinder gehütet haben? Vielmehr haben sie wahrscheinlich aktiv zur Nahrungssuche und -beschaffung beigetragen.

Umso tragischer ist es, dass in vielen Teilen der Welt Mädchen heute noch als minderwertig betrachtet wer-

den. Kann dünn sein als Zeichen der sozialen Unterdrückung interpretiert werden? Entweder weil Mädchen schlechter ernährt waren oder weil sie dadurch keine physische Gefahr darstellten? Dr. Posch sieht die Notwendigkeit, vorsichtig zu sein und nicht zu viele generalisierte Schlüsse zu ziehen. Es ist wichtig zu beachten, dass Ernährungsmuster von Frauen im Neolithikum oft örtlich und kulturell bedingt waren und nicht zwangsläufig auf eine generelle Unterdrückung hindeuten. Aus Bestattungen der Altsteinzeit Schlüsse zu ziehen ist schwer, da nur wenige Skelette erhalten sind. Laut Dr. Antl-Weiser gibt es keine eindeutigen Hinweise darauf, welchen Anteil Männer und welchen Frauen an Jagdbeute oder Nahrung hatten. Obwohl Forscher sich auch in ethologischen Studien<sup>7</sup> bemüht haben, die Rolle der Frau zu beschreiben und ihre Wichtigkeit hervorzuheben, wurden nur männliche Forscher befragt, was zu einer Verzerrung des Bildes führte.

Körpergewicht und Ernährung sind manchmal fatal miteinander verstrickt. Kaum reden wir über das Gewicht, muss auch das Thema Ernährung herangezogen werden.

In unserem Gespräch reden wir außerdem über das Essen in der Steinzeit. In manchen Richtungen der Medizin wird Ernährung als heiliger Gral angesehen. Ein gemeinsamer Nenner ist die „Paleo Diät“ – in den sozialen Medien sehen viele Anhänger\*innen in dieser fleischlastigen Ernährungsweise ein Allheilmittel. Dr. Antl-Weiser klärt auf, dass das moderne Verständnis der Paleo-Diät wenig mit der tatsächlichen paläo-

<sup>6</sup> Pontzer, H. Burn, Penguin, 2021.

<sup>7</sup> Deboer, F. <https://www.thecut.com/article/tipping-rules-etiquette-rules.html> 2. 2. 2023.



lithischen Ernährung zu tun hat. Dr. Posch gibt einen Einblick in die paläolithische Ernährung, basierend auf Funden von Mammut, Wollnashorn, Pferd, Rentier und Vogelegehälsen. Beeren und Wurzeln als Kohlenhydratquellen wurden regelmäßig in kleinerem Ausmaß verzehrt. Der Nahrungsbedarf, inklusive Verfügbarkeit von Pflanzen, hing stark von den regionalen Witterungsbedingungen ab. Dr. Posch erklärt, dass der Fischkonsum in bestimmten Gebieten nicht groß war, aber mit der Zeit zunahm. Hasen wurden beispielsweise gegessen, weil sie kalorienreich und leicht zu transportieren waren, außerdem waren sie, wenn man sie röstete, lange haltbar. „Mit dem Ende der Eiszeit war natürlich durch den höheren Pflanzenanteil wieder ein größeres Nahrungsangebot vorhanden als in Kaltzeiten“, so Dr. Antl-Weiser.

Im Zeichen der Nachhaltigkeit steht auch die Feststellung, dass die Menschen wahrscheinlich alles verwerteten, von Fleisch über Knochenmark bis hin zu Innereien. Die Harnblasen von Tieren wurden als Wasserbehälter genutzt, Sehnen für Schnüre, Knochen für Werkzeuge und Waffen, Felle zur Bekleidung – so dass fast nichts ungenutzt blieb.

[...]

Eine weitere Theorie besagt, dass die Venus von Willendorf, wenn sie nicht gerade vom Male Gaze interpretiert wird, auch als Großmutter dargestellt werden könnte. Dr. Antl-Weiser meint dazu, dass es grundsätzlich denkbar ist, dass Frauen, die bereits mehrere Kinder geboren hatten und möglicherweise dadurch fruchtbarer geworden waren, sich um Kinder gekümmert haben, die nicht in der Lage waren, umherzulaufen und Dinge zu sammeln. Es gibt aber keine schlüssigen Beweise in Bezug auf die Figuren. Dr. Posch ergänzt, dass dies

evolutionäre Vorteile für Homo-Sapiens-Gattungen gehabt haben könnte. Dr. Antl-Weiser betont jedoch, dass es denkbar ist, dass ältere Frauen spezifische Aufgaben übernommen haben. Die „Großmutter-Theorie“ aus der Anthropologie rundet diese Vorstellung schön ab. Das geht teilweise fast bis zu den Hominiden zurück, erklärt Dr. Posch. In dem Moment, wo weibliche Teile der Bevölkerung älter werden oder auch über das produktive Fortpflanzungsalter hinaus leben, ermöglichen sie wirklich immer einen wichtigen Wissenstransfer. Auf der einen Seite über azyklische Phänomene, die das, was eben zwischen den Generationen passiert, übermittelten und dann auch die Arbeiten, die sie übernahmen, zum Beispiel die Kinderbetreuung. Was es dann wiederum Teilen der Gruppe ermöglichte, sammeln und jagen zu gehen und diese Subsistenztätigkeiten durchführen zu können.

Wir wissen, dass ein sehr langes Leben früher nicht der Norm entsprach. Dr. Antl-Weiser erwidert darauf, dass manche Bestattungsfunde zeigen, dass die Menschen ein gewisses Alter erreichen konnten, im Idealfall so um die 50 Jahre. Ein verzerrter Blick entsteht durch einen etwas jüngeren Altersdurchschnitt, wie durch höhere Kindersterblichkeit oder eine höhere Sterblichkeit der Frauen bei schweren Geburten. Zwei, drei Generationen konnten aber sicher nebeneinander leben und damit hat die ältere Generation die jüngere unterstützt.

Bestimmte Vorstellungen von Schönheit haben sich im Laufe der Zeit verändert.

Zu unserem Erfolg als Spezies gehört auch die Diversität, die nicht erst seit heute so präsent ist. Diese Vielfalt besteht schon seit 35.000 Jahren. Die Kunstgeschichte reflektiert durch Körperbilder zeitabhängige Vorstellungen von Schönheit, Tugend und Wohlstand: Das Bäuch-

lein wird immer dünner, dann wiederum üppiger, aber von der Altsteinzeit bis zur Gegenwart lässt sich kein Trend erkennen. Wohlstand und Reichtum bedeuten im Barock, Körperfett als Zeichen von Luxus zu zeigen, während dünn zu sein nach dem Zweiten Weltkrieg als luxuriös zelebriert wurde. Dr. Antl-Weiser erinnert sich an ihre Kindheit, als sich Leute im Dorf gefreut haben, wenn Kinder etwas übergewichtig waren, weil es gezeigt hat, dass sie gut ernährt waren. Im Dorf wird Schönheit anders gedeutet als in der Stadt. Die persönlichen Erfahrungen mit unterschiedlichen Körperbildern trägt jeder von uns mit sich. Die Überzeugungen dazu leider auch. Der Körper eines Menschen ist während seiner Lebenszeit im Wandel und kann sich in alle Richtungen ändern. „Ich war als Kind so dünn, dass sich meine Eltern Sorgen gemacht haben und mit mir zum Arzt gegangen sind, und es ist nichts davon übriggeblieben“, erzählt Dr. Antl-Weiser.

Die Venus von Willendorf und andere Daten zu der prähistorischen Zeit zeigen, wie vielfältig der Kontext von Körperbildern schon damals war. Mehrgewichtigkeit wurde nicht als negativ eingestuft. Vielfältige Interpretationen sind möglich und starre Geschlechterrollen gehören hinterfragt. Schönheitsvorstellungen verändern sich im Laufe der Zeit, das ist nicht zu bewerten. Walpurga Antl-Weiser und Caroline Posch haben uns vor allem die Wichtigkeit, die eigene Anschauung zu hinterfragen und Forschung mit einem offenen Blick zu betreiben, vor Augen geführt.

## Erlebnisse und Erzählungen von Betroffenen

„Sie wissen schon, in Ihrem Alter reicht ein Butterbrot am Tag“, sagt der Frauenarzt zu Monika und blickt ihren großen, rundlichen Busen und Bauch an. Monika zieht die Augenbrauen zusammen. Sie würde gerne sagen: „Sie wissen schon, dass ich zum Krebsabstrich gekommen bin und nicht zur Diätberatung?“, aber sie schweigt. Der Arzt beugt den Kopf über die Tastatur seines PCs und tippt vor sich hin. Monika bereut es, dass sie nicht schon beim letzten Mal den Frauenarzt gewechselt hat. Damals hat sie ihn um Rat gefragt wegen verminderter Libido und er antwortete: „Nehmen Sie einfach ab, dann ist Ihr Mann wieder an Ihnen interessiert.“ Solche Sätze kennt Monika nicht nur von diesem Arzt.

Auf dem Rückweg in die Firma klingelt das Handy. Monikas nächster Termin wurde abgesagt, sie hat unerwartet den ganzen Nachmittag für sich. Ohne viel darüber nachzudenken, fährt sie zu ihrer Lieblingskonditorei. „Hoffentlich kriege ich einen Parkplatz“, denkt sie und freut sich auf die unerwartete freie Zeit.

Seit 20 Jahren leitet Monika ihre eigene Softwarefirma, anfangs hatte sie zwei Mitarbeiterinnen, heute sind es 72. Sie war in den 2000er-Jahren eine der wenigen Frauen in der IT-Branche, heute wird ihre Software in vielen Arztpraxen im deutschsprachigen Raum eingesetzt. Die Ironie dabei: Sie optimiert Prozesse, damit Ärzt\*innen die Befunde ihrer Patient\*innen noch einfacher erfassen können, während alle Ärzt\*innen versuchen, sie ungefragt zu optimieren. Jeder Arztkontakt hatte bisher zu bohrenden, teils übergriffigen Fragen nach dem Körpergewicht geführt. Jedes Mal wurde Monika auf ihre Fettmasse angesprochen. „Haben Sie schon versucht, sich mehr zu bewegen?“ „Wenn Sie nur

die Hälfte essen, ist das schon zu viel!“ Das sind noch die wohlwollenden Ratschläge, sie hat schon Schlimmeres gehört.

Alle in ihrem Umfeld würden sagen, dass Monika eine erfolgreiche und zielstrebige Frau ist. Eine Frau, die nach drei Schwangerschaften immer noch attraktiv und gut gekleidet ist. Die Schwangerschaften verliefen gut, doch bei jeder nahm sie fast 20 Kilo zu. Das zusätzliche Gewicht war ihr ständiger Begleiter. Nach der dritten Schwangerschaft schaffte es Monika, wieder auf 60 Kilo abzunehmen. Doch der Hängebauch machte ihr zu schaffen. Sie hatte sogar einen plastischen Chirurgen gefunden, der ihr die Bauchschürze kostenlos straffen würde, sollte sie das Gewicht ein Jahr lang halten können. Abnehmen war einfach, aber das Gewicht zu halten fast unmöglich. Aus der Operation wurde nichts.

Ihre Kinder, alle drei auf dem Weg zum Studium, könnten unterschiedlicher nicht sein. Der eine ist schlank, der andere leicht übergewichtig, aber sehr muskulös, während die Tochter eine kräftige Figur hat. Mutter zu sein ist für Monika wie ein Tanz zwischen ihren eigenen Bedürfnissen und denen ihrer Familie. Oft würde sie gerne abends im Ohrensessel in Ruhe ein Buch lesen, wie einige ihrer Kolleginnen in der Firma, aber sie gibt sich zufrieden, abends auf dem Handy ihre Lieblingskolumne zu lesen und mit den Kindern herumzualbern, während sie ihre Hausaufgaben machen. Sie hat sich auferlegt, immer für ihre Kinder da zu sein und keine Schulaufführung zu verpassen, aber trotzdem hat sie das Gefühl, sich fast für ihre Karriere entschuldigen zu müssen, weil sie keine Vollzeitmutter ist. Die Kinder sind sich einig, dass sie sich auf Mama verlassen können. Sich selbst nicht zu vergessen,

fiel Monika schwer, als es um die Pflege ihrer eigenen Mutter ging, die an Alzheimer erkrankt war. Wie viele Frauen in ihrem Alter musste sie lernen, zwischen den Bedürfnissen der eigenen Kinder und der Pflege der Eltern oder Schwiegereltern zu jonglieren. Gemeinsam mit ihrer Schwester pflegte sie ihre Mutter einige Jahre bis zu deren Tod.

In der Konditorei angekommen, bestellt sie einen Verlängerten und ein Stück Topfentorte. Es ist ein gutes Gefühl, dass sich jemand um das Essen kümmert. Aber es gibt keine Bestellung, die den „Mental Load“ verbessert: Bewegung, Haushalt, psychische Gesundheit und 100 Milliarden andere Dinge bleiben oft auf der Strecke.

Monika hat schon so oft gehört: „Mach doch ein bisschen Sport“, aber das tut ab einem bestimmten Gewicht weh, und selbst wenn sie sich überwindet, schmerzt ihr ganzer Körper auch nach drei Wochen immer noch. Sie hat das Gefühl, dass alle denken, dass dicke Menschen faul und träge sind und den ganzen Tag nichts tun, und das nervt sie wahnsinnig.

Sie zückt ihr Handy und schreibt ihrer Freundin Renate: „Sitze im Café, muss den Gynäkologen wechseln“. Renate antwortet: „Wenigstens kannst du wechseln, ich kann meine Hausärztin nicht wechseln“. Renates Hausärztin ist ihre eigene Tochter. Seit den Wechseljahren hat Renate zunehmend mit Gewichtszunahme und Bluthochdruck zu kämpfen. Jedes Mal, wenn sie ihre Tochter trifft, bekommt sie nur zu hören, wie dick sie sei, wie unverantwortlich das sei und dass sie sich endlich mehr bewegen und weniger essen solle. Renate hat in den Medien von den „Abnehmspritzen“ gelesen, aber sie würde sich nie trauen, mit ihrer Tochter darüber zu sprechen, denn sie hat sie oft genug sagen

hören: „Die, die spritzen, die wollen es sich nur leicht machen“.

„We're impressed by degrees and professional accomplishments and physical beauty or fame, none of which is the basis of lasting human connection. Developing affection for someone makes you more human; being impressed makes you less.“<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Aus Brecht, B. Gedichte über die Liebe. Suhrkamp Verlag, Frankfurt, 1984.



Priv.-Doz. Dr. Johanna Brix ist Fachärztin für Innere Medizin und Oberärztin an der Ersten Medizinischen Abteilung mit Endokrinologie, Diabetologie und Nephrologie der Klinik Landstraße, außerdem Präsidentin der Österreichischen Adipositas Gesellschaft sowie Leiterin der Adipositas-Akademie. Sie hat eine Lehrtätigkeit an der Medizinischen Universität in Wien.

Dr. Bianca-Karla Itariu, PhD hat ihre Ausbildung zur Fachärztin für Innere Medizin, Zusatzfach Endokrinologie und Stoffwechselerkrankungen, an der Medizinischen Universität Wien absolviert. Bis März 2023 leitete sie die Internistische Adipositas Ambulanz am Wiener Allgemeinen Krankenhaus. Sie ist Autorin zahlreicher Publikationen zum Thema Adipositas und Vorstandsmitglied der Österreichischen Adipositas Gesellschaft.

Autorinnenfoto: Alexander Jürets  
Gestaltung: Karin Berner  
Covergestaltung: Suse Kopp

## Alle zu dick? – Weshalb Diskriminierung in der Medizin uns alle betrifft

Faul, schwach, undiszipliniert – das sind nur einige der gängigen Vorurteile gegen mehrgewichtige Menschen. Wenn dicke Patient\*innen mit einer Axt im Kopf zu Ärzt\*innen kämen, hieße es zuerst, sie sollten abnehmen, dann ginge es ihnen besser, so die Autorinnen Dr. Johanna Brix und Dr. Bianca-Karla Itariu. Doch worauf basiert diese Fettfeindlichkeit, die unsere Gesellschaft prägt und bis in die Arztzimmer und Krankenhäuser reicht? Und wie hängt sie mit Misogynie zusammen?

Brix und Itariu blicken zurück auf die historischen Entwicklungen zu Körperformen und -idealen und plädieren für eine gesunde Auseinandersetzung mit Gewicht und Krankheit. Sie kämpfen für geeignete medizinische Behandlungen, für Anerkennung und die Zerschlagung von Fettfeindlichkeit.

Denn ein Gesundheitssystem in Sozialstaaten darf kein Gesundheitssystem sein, in dem Diskriminierung daily business ist, in dem Frauen, mehrgewichtige Personen, arme Menschen stigmatisiert werden. Dieses Buch ist eine feministische Streitschrift, die es in sich hat und die besagt: Schluss mit der Tabuzone Fett!

*Dies ist eine Leseprobe aus dem unlektorierten Manuskript.*

*Die Buchhandelsausgabe kannst du schon jetzt unter der ISBN 978-3-7099-8236-5 überall, wo es Bücher gibt, vorbestellen.*

Lust auf neue Ideen,  
neue Stimmen, neue Blickwinkel?  
Dann folge uns!



@haymonverlag



Und abonniere gleich unseren Newsletter: