

INHOUD

Inleiding	9
1 Zweet	17
2 Speeksel	39
3 Oorsmeer	65
4 Bloed	85
5 Menstratiebloed	115
6 Pus	143
7 Urine	167
8 Zaad	191
9 Melk	219
10 Tranen	251
Noten	283
Verantwoording	297
Dankwoord	302

INLEIDING

Het zweet, spuugt, poept, piest, bloedt en spuit: ons lichaam is zo lek als een mandje. En het is juist deze vloeibaarheid die essentieel is voor ons leven en de gezondheid van ons menselijk lijf. Immers, zonder speeksel, maagsap en andere inwendige vochten kun je je eten niet doorslikken en verteren, zonder het stollen van bloed kunnen wondjes niet helen en zonder vaginale vochten en sperma kunnen we ons niet voortplanten. Kortom: de vochten die in talrijke kleuren en geuren verschijnen zorgen ervoor dat alles in ons lichaam geolied en gesmeerd verloopt. Een prachtig natuurlijk proces, zou je zeggen. Waarom hebben we dan toch zo'n problematische relatie met onze lichaamssappen? En is dat altijd al zo geweest?

Ondanks alle fysiologische en biologische kennis roept de vloeibaarheid van ons lichaam namelijk veel weerstand op. Als baby boeren we melk op en laten we de plas en poep vrijelijk lopen, maar al snel disciplineren we als ouders onze kinderen, moeten alle vochten vastgehouden worden en pas op gezette momenten worden weggespoeld. Bedrijven creëren speciale kolfruimtes voor lacterende medewerkers op kantoor, want stel je voor dat er moedermelk op de werkvloer gesignaleerd wordt: een verstoring van de goede orde! Enorme zweetvlekken onder de oksels tijdens de nieuwjaarstoespraak? Wat een afgang. Kinderen die in hun broek plassen worden uitgelachen. Huilende en zwetende mensen zijn kwetsbaar en

worden snel als onzeker gezien. Lichaamssappen die zich vrij bewegen roepen dus al gauw gevoelens van schaamte en walging op.

Niet zelden zijn ze ook aanleiding voor politieke en juridische controverses. Zo gingen in september 2017 honderden vrouwen de straat op om te protesteren tegen het tekort aan openbare wc's voor vrouwen. Onder de hashtag #zeikwif postten mensen foto's op sociale media van vrouwen met blote billen die op mannelijke urinoirs proberen te plassen. Het zorgde voor oproer door heel Nederland, de media smulden ervan. De actie was een reactie op de uitspraak van de (uiteraad mannelijke) kantonrechter, die beweerde dat je 'als vrouw ook in een urinoir kunt plassen. Het is misschien niet prettig, maar het zou wel kunnen.' De aanklager werd in het ongelijk gesteld en moest gewoon haar boete van 90 euro (aanvankelijk 140 euro) voor wildplassen betalen.

De publieke discussie ging voornamelijk over het grote tekort aan openbare wc's voor vrouwen in Nederlandse steden, maar daarachter ging natuurlijk het grotere vraagstuk schuil over de schaamte en walging die lichaamssappen in het openbaar oproepen. Vrijheid van meningsuiting is heilig, maar een vrijheid van urine-uiting is taboe. Dat verschrikkelijke woord 'wildplassen' vat het eigenlijk al samen: plassen in het openbaar is beestachtig, onbeschaafd, onbeschoft, wild.¹

Ook andere lichaamsvochten 'in het wild' vonden hun weg naar de rechtbank. Toen George Michael in 1998 werd gearresteerd voor een 'onzedelijke daad' in een openbaar toilet moest de zanger 500 pond betalen en werd hem een taakstraf van 80 uur opgelegd. Mensen wisselen continu speeksel, zweet en sperma met elkaar uit, maar dat mag dus enkel achter gesloten deuren in de privésfeer plaatsvinden.

In 2015 werd in India een vrouw de toegang tot de tem-

pel ontzegd omdat ze menstrueerde. Ook andere religies beschouwen menstruerende vrouwen als ‘onrein’ en dus ongeschikt om een heilige ruimte als een tempel, moskee of kerk te betreden. Eerst moest een machine worden uitgevonden, aldus de tempelbewaarder, om te checken of vrouwen wel ‘puur’ waren – dus niet menstrueerden. Vrouwen waren laaiend om deze seksistische verklaring. Ze protesteerden en lanceerden een online campagne onder de hashtag #happyto-bleed.² Studenten startten een petitie om deze vrouwenhaat tegen te gaan en mensen bewust te maken van de mythen rondom menstruatie.

Sommige mensen zullen stellen dat onze vloeistoffen niet zozeer het probleem zijn in deze kwesties, als wel de mogelijke gevaren voor hygiëne, openbare orde en de tere kinderzieltjes. En uiteraard zijn er individuele verschillen in hoe mensen hun vloeistoffen ervaren – sommigen vinden mannelijk zweet bijvoorbeeld sexy – maar over het algemeen blijft de relatie tot onze vloeistoffen er een van onbehagen. Lichaamssappen horen zonder twijfel tot de taboesfeer. Ze roepen schaamte, verlegenheid en walging op.

Om meer inzicht te krijgen in de moeizame verhouding van mensen tot hun lichaamssappen, duik ik de lange geschiedenis in. De manier waarop we over het uitwisselen van vloeistoffen denken is namelijk tijdloos noch universeel. Het is veranderlijk en verschilt per cultuur. Nu zijn we vies van een snottebel en andermans moedermelk, maar ooit hebben we deze vloeistoffen heel anders ervaren. Geschiedenis kan ons een spiegel voorhouden.

Sinds enkele decennia bestuderen cultuurhistorici in toenemende mate de materiële cultuur van het verleden. Ze schrijven niet enkel meer over veelomvattende ideologische ideeën

of hoogdravende politieke stromingen van vroeger – die natuurlijk belangrijk waren –, maar hebben ook steeds meer oog voor alledaagse zaken: peper en zout, koffie en thee, papier, de fluitketel, een knijper, houtskool, turf.³ De studie van deze ogenschijnlijk banale materialen en hun gebruik leert ons veel over het dagelijks leven en hoe dat veranderde. Het heeft de aandacht verschoven van politici en intellectuelen naar het werk van arbeiders, ambachtslui, matrozen, moeders en minnaars, in de haven of op de werkplaats, op de markt en in het huishouden. Historici proberen objecten uit het verleden te ‘lezen’, net zoals ze geschreven bronnen lezen. Een object is niet enkel een ‘ding’, het draagt betekenis met zich mee.

In alle historische studies naar objecten zijn lichaams-sappen er tot op heden maar bekaaid van afgekomen.⁴ En dat terwijl bloed, zweet en tranen bij uitstek alledaagse zaken zijn – ‘ordinair’ zouden sommigen zelfs zeggen. Objecten zoals schilderijen en tekeningen, meubels en tegels, kleding en andere mooie voorwerpen hebben tot nu toe veel meer aandacht opgeëist. Ook historici van wetenschap en geneeskunde kijken veel liever naar mooie microscopen en andere wetenschappelijke instrumenten, naar opgezette dieren, anatomische modellen en preparaten op sterk water.⁵ Dat heb ik zelf ook gedaan. Deze prachtige objecten zijn bewaard in museale collecties en geven historici een inkijkje in de dagelijkse praktijk van onderzoek en onderwijs.

Maar op het moment dat ik onderzoek wil doen naar de geschiedenis van, bijvoorbeeld, oorsmeer of speeksel, moet ik op een droogje zitten. Academici schrijven veel liever over vaste en schone objecten dan over vieze, natte dingen. In onze zoektocht naar het antwoord op de vraag waarom we zo’n problematische relatie hebben met onze sappen blijken museale collecties en geschiedwetenschap dus onderdeel van het pro-

bleem te zijn. Dit komt grotendeels omdat historici – en daar reken ik mezelf ook toe – voornamelijk kijken naar die dingen die in archieven en museumdepots zijn bewaard: schilderijen en fotoalbums, tekeningen en dagboeken, liefdesbrieven en boekenkisten van Hugo de Groot, oftewel: de vaste, solide en vaak aantrekkelijke objecten met een relatief permanente status.⁶ De vergankelijke zaken die ook vloeien en stromen, lekken en uitzweten, zijn vergeten. Zo is er geen flesje moedermelk van Wilhelmina van Pruisen bewaard gebleven.

Toch zal niemand ontkennen dat lichaamssappen essentieel zijn voor ons dagelijks leven. De vloeistoffen staan centraal in de manier waarop we ons eigen lichaam en dat van anderen ervaren en vormen vaak het middelpunt in studies naar de werking van het menselijk lichaam. Met andere woorden, onze studie naar de geschiedenis van onze lichaamssappen is essentieel voor een beter begrip van ons lichaam en daarmee onszelf.

Met dit boek maak ik een rondgang langs allerlei lichaams-sappen om te onderzoeken waarom we toch niet van onszelf mogen wildplassen, waarom we moeders naar kolfruimtes verbannen, waarom mannen niet mogen huilen. Dat verhaal begint met het identificeren van alle vloeistoffen die in het lichaam te vinden zijn. En dat zijn er aardig wat. Zo hebben we onder andere bloed, melk, speeksel, oorsmeer, sperma, menstruatie- en vaginaal vocht, zweet, urine, tranen, gal, lymf, maagzuur, alvelessap, hersenvocht en vruchtwater. Als we zo doorgaan belooft het een kloek boek te worden. En dan hebben we het nog niet eens gehad over de meer morbide vloeistoffen zoals kots, snot, pus en diarree. Of tellen kots en diarree niet mee? Hoe definieer je een lichaamsvocht eigenlijk?

Een mogelijke definitie: een lichaamssap is een substantie die uit het lichaam van mens of dier vloeit, zonder vaste

vorm en met de eigenschap te kunnen stromen. Dit klinkt best aannemelijk, maar werpt ook vragen op. Veel lichaamsvochten zijn moeilijk in één definitie te vangen, juist omdat ze door hun kleverige en plakkerige eigenschappen kunnen veranderen van vloeibaar naar vast. Want volgens deze omschrijving zou diarree dus wel aan de definitie voldoen, maar gestold bloed niet. Denk maar aan een schaafwond op de huid. Bloed komt naar de oppervlakte en druppelt naar buiten – de hoeveelheid hangt af van de omvang van de wond. Langzamerhand begint het bloed te stollen. Na verloop van tijd ontstaat een donker, bijna zwart korstje waar witte druppeltjes zich afscheiden. De wond is gestopt met bloeden en het bloed is veranderd in een vaste substantie. Is dat korstje dan nog steeds bloed? Volgens onze definitie niet meer. Waar in het proces is bloed dan precies opgehouden bloed te zijn?

De beroemde Leidse arts Herman Boerhaave definieerde de lichaamssappen drie eeuwen geleden als volgt: ‘De vloeibare delen worden binnen de vaste delen begrepen, bewogen, in beweging gebracht, vermengd, afgezonderd, veranderd; ze bewegen de vaten met de aan elkaar verbonden mechanismen, wrijven aan de wanden, veranderen ze, en herstellen ze.’⁷ Geïnspireerd door deze woorden kan ik ook de vloeistoffen van het lichaam zien als die delen van het lichaam die stromen, kunnen veranderen en makkelijk de uiterlijke grenzen van het lichaam overschrijden.

Om het een beetje behapbaar te houden beperk ik mij in dit boek tot de vloeistoffen die met een zekere regelmaat naar buiten komen en voor mensen het meest storend zijn. Want pas als het door poriën, neusgaten of andere openingen naar buiten komt, kunnen we ze zien, ruiken, voelen, proeven. Het is kwijl in iemands mondhoeken die je opvalt, de pis op straat waar je van walgt. Antropologen noemen dat *matter*

out of place, ‘misplaatste materie’. Juist omdat die vloeistoffen met enig gemak naar plekken stromen waar de samenleving ze liever niet ziet, zijn ze interessant. Ze overschrijden zo de kunstmatige grenzen en regels van onze cultuur. Vanuit een puur medisch en biologisch oogpunt is er namelijk niets vies aan pies. Maar mensen accepteren het enkel in de blaas of in de wc-pot. Alle andere plekken verstoren de orde – fenomenen als *golden showers* misschien daargelaten?

Hiermee heb ik meteen een antwoord op de vraag waarom lichaamssappen eigenlijk taboe zijn: ze zijn al gauw misplaatst en daarmee aanstootgevend. Toch is ook dit antwoord niet bevredigend, want het verplaatst enkel het probleem. Waarom vinden we lichaamssappen op sommige plekken wel acceptabel en op andere plekken niet?

1

ZWEET



Volgens de antieke medicus Galenus (129-199) kende het lichaam twee soorten ademhaling: de ene via de longen, de andere via de huid. Het woord transpireren komt ook van het Latijnse *trans* ('door') en *spirare* ('ademen'). Nu zijn in de loop van de eeuwen de medische ideeën over zweten wel veranderd, maar de basis is hetzelfde gebleven. Zweet is vocht dat door de poriën van de huid komt, wat helpt om de lichaamstemperatuur stabiel te houden. Tijdens een hittegolf, het sporten of gedurende intensief fysiek werk wasemt het lichaam. Heel zinvol, zou je zeggen. Mensen die niet of nauwelijks kunnen zweten – een medische aandoening genaamd *anhidrosis* – kunnen zich flink beroerd voelen omdat ze hun lichaamswarmte niet kwijt kunnen.

Ondanks die ontegenzeggelijk nuttige functie, is de reputatie van zweet in de maatschappij niet bepaald positief. Vele uitdrukkingen en gezegden zoals 'ik zweet als een otter', 'badend in het zweet' na een nachtmerrie of 'klam angstzweet' dat uitbreekt in een spookhuis maken duidelijk dat zweten nauw verbonden is met angst en stress. Daarnaast vormt zweet vaak een bron van schaamte. Marja Boedart publiceerde in 2014 een boek over haar leven met *hyperhidrosis palmaris*, het overmatig zweten van de handen, waar ze op dat moment al 45 jaar last van had. Het zweet droop van haar handen, 'ook als ik relaxed was en gewoon thuis op de bank zat. Dus zonder stress, inspanning, sporten of wat dan ook.' Als puber ging ze naar de huisarts. 'Hebt u geen oplossing?' vroeg Marja. 'We kunnen alleen je handjes afhakken,' antwoordde die.¹

Door het verschijnsel ging Marja zich vergelijken met an-

deren en dat was het begin van schaamtegevoelens, verlegenheid, ergernis en overmatig zelfbewustzijn. Natuurlijk hebben Marja en lotgenoten slimme strategieën ontwikkeld om hun zweetplekken te camoufleren om zichzelf te behoeden voor gênante situaties,² maar daarmee is hun lichaam eigenlijk continu onder toezicht, wat kan leiden tot verlamming, onzekerheid en isolement. Waar komt dat beoordelen van zwetende lijven als zenuwachtig en onzeker toch vandaan? Waarom schamen mensen zich dan toch als ze tijdens een presentatie zweetplekken krijgen?



De geschiedenis kent genoeg voorbeelden waarbij zweet geïnterpreteerd werd als een teken dat er iets mis was. Het meest sprekende voorval stamt uit de vijftiende eeuw, toen in enkele zomers duizenden mensen overleden aan een mysterieuze ziekte. Ze hadden allemaal één ding gemeen: heftig zweten.

In 1485 werd Engeland al dertig jaar lang verscheurd door oorlogen om het koningschap. Op 22 augustus kwamen koning Richard III (1452-1485) en zijn rivaal Hendrik Tudor (1457-1509) tegenover elkaar te staan tijdens de Slag bij Bosworth in Midden-Engeland. Richard III beschikte over een veel groter leger, waarvan een aanzienlijk deel werd aangevoerd door Thomas Stanley, de hertog van Derby (1435-1504). Die bemerkte dat er een ziekte onder zijn manschappen rondwaarde en hield zich aanvankelijk afzijdig. Een uur lang waren de twee partijen aan elkaar gewaagd, totdat Stanley de kant van Hendrik koos en Richard III werd verslagen. De burgeroorlog was voorbij, Hendrik werd gekroond tot koning van Engeland na een triomftocht door Londen. De euforie was echter van korte duur, in september brak een verschrikkelijk

ke ziekte uit: de zweetkoorts. Omdat deze epidemie vooral in Engeland plaatsvond of begon, spraken mensen zoals Desiderius Erasmus (c. 1469-1536) ook wel over de *sudor anglicus*, de ‘Engelse zweetziekte’.³ De arts John Caius (1510-1573) schreef een uitgebreid boek over de beruchte aandoening die vele slachtoffers maakte.⁴

Aanvankelijk leek er met de patiënt niks aan de hand te zijn, maar na verloop van tijd begon het lichaam te trillen en te schudden, gevolgd door hoofdpijn, een duizelig gevoel en pijn in nek, schouders en ledematen. De patiënt kon niet anders dan vermoeid in bed liggen. Na deze relatief koude fase begon de warme fase van hoge koorts: baden in het zweet, ijlen, pijn op de borst, hartkloppingen en intense dorst. De uitputting nabij wilde een patiënt niets liever dan slapen, maar juist dat mocht niet. Wie eenmaal sliep, werd namelijk vaak niet meer wakker.

De zweetziekte kwam plotseling op, verergerde snel en kon dodelijk zijn. Als je heel veel ging zweten, moest je vrezen voor je leven. Maar zo snel als de epidemie opgekomen was, zo snel verdween ze ook weer. Opmerkelijk was dat de zweetziekte heel willekeurig slachtoffers maakte. De ziekte trof iedereen, van de armoedzaaier in de straat tot kerngezonde jongeren, zelfs de welgestelden ontsnapten niet aan de koorts. Arthur (1486-1502), de prins van Wales, overleed eraan. Zijn vrouw, Catharina van Aragon (1485-1536), werd ook ziek, maar wist te overleven.

De ziekte keerde onder andere terug in 1507 en 1517 en had het toen vooral gemunt op studenten in Cambridge en Oxford. Dit waren kleinere uitbraken, maar voldoende voor koning Hendrik VIII (1491-1547) om grootschalige besmetting te vrezen. Toen de zweetkoorts in 1528 wederom de kop opstak in Londen, nam de Engelse koning dan ook meteen de



FIGUUR 1. Een paniekerige monnik wordt verrast door een angstaanjagende dood. Hans Holbein de Jonge, *De dans van de dood*, c. 1525.

benen. Zijn nieuwe vrouw Anna Boleyn (c. 1501-1536) raakte wel besmet, maar herstelde gelukkig.⁵ De ziekte verspreidde zich naar het Europese vasteland, waar ze nog veel meer slachtoffers maakte.

Het zweten was naar alle waarschijnlijkheid niet het ergste symptoom van de ziekte, vooral de pijn en vermoeidheid

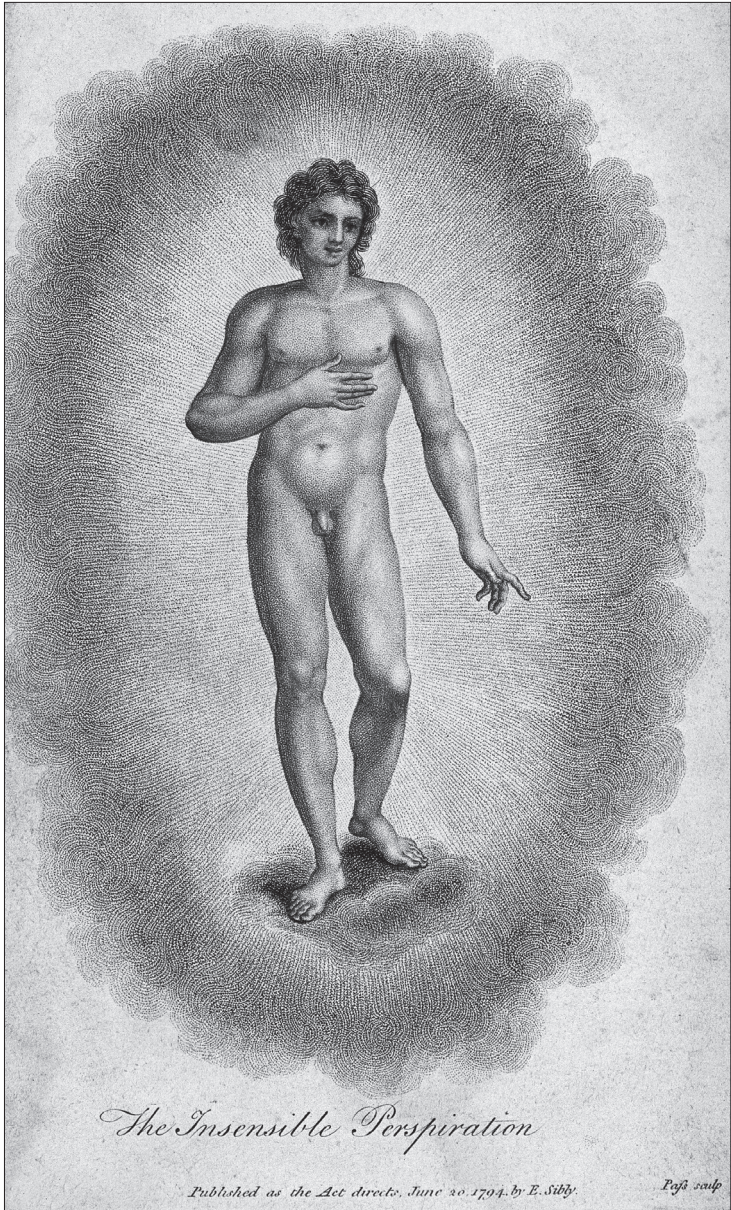
moeten ondraaglijk zijn geweest. Toch werd het de zweetkoorts genoemd: zweet was duidelijk het symptoom dat het meest in het oog sprong en de mensen bang maakte. Het koude zweet betekende gevaar, ziekte en een aanstaande dood.



Was zweet enkel een teken van kommer en kwel? Niet perse. In de geneeskunde kreeg transpiratie eeuwenlang juist een heel belangrijke rol toegedicht, het was een teken dat een lichaam in goede gezondheid verkeerde.

Om deze ogenschijnlijke tegenstelling te begrijpen, is het noodzakelijk om te weten dat de woorden ‘zweeten’ en ‘transpireren’ niet altijd synoniemen waren. In de vroegmoderne tijd werd er al een onderscheid gemaakt tussen vloeibare druppels zweet, zichtbaar bij inspanning of koorts, en transpiratie, als de natuurlijke en onzichtbare damp die in grote hoeveelheden continu en onopgemerkt het lichaam verlaat. Deze transpiratie heette ook wel ‘ongevoelige doorwaseming’.⁶ Een wetenschappelijk concept dat simpel te bewijzen was en daarom nog decennia zou bestaan. Als je de palm van je hand tegen het raam houdt, dan zie je binnen de kortste keren condens, de ongevoelige doorwaseming. Zoals professor Albrecht von Haller het verwoordde:

Als het plotseling hevig koud wordt in een kamer vol gezelschap, dan zou de een de ander niet kunnen zien door de mist of dampen die uit hun eigen lichamen ontsnappen, bijna op dezelfde manier als de dichters volhouden dat de goden elk in hun eigen wolk verborgen zijn.⁷



FIGUUR 2. Een jonge man en zijn ongevoelige doorwaseming. John Pass, in Ebenezer Sibly, *The Medical Mirror*. Londen, 1794.