

## 7 Männermedizin – vom Umbruch zur Krankheit

So lange es in der Männermedizin nur um Potenzstörungen geht, werden Männer auch in Zukunft mehrere Jahre vor ihren Frauen ableben! Wenn wir von Männermedizin sprechen, muss vielmehr die vernachlässigte Männergesundheit in den Fokus der Aufmerksamkeit. Männer fühlen sich im allgemeinen gesund, auch wenn bereits erste Anzeichen oder Hinweise auf gesundheitliche Störungen vorliegen. Diese werden von den Männern ignoriert – aus Unwissenheit, aus falschem Stolz, aus unglücklicher Prioritätenreihung oder aus Selbstwertzweifeln, nicht mehr die Leistung zu erbringen, die »Mann« gewohnt ist. Antworten wie

- »Wird schon wieder.«
- »Ich mach am Wochenende mal Pause.« oder
- »So schlimm ist es doch noch nicht.«

kommen routiniert über die Lippen der Geschlechtsgenossen.

Männer fühlen sich gesund, auch wenn bereits erste Hinweise auf eine gesundheitliche Störung vorliegen.

Dabei beläuft sich der Preis dieser Männlichkeit im statistischen Mittel auf 5,2 Jahre **geringere Lebenserwartung**. Die Lebenserwartung deutscher Männer beträgt derzeit durchschnittlich 77,4 Jahre, Frauen können von 82,6 Jahren ausgehen. Diese Ungleichheit zwischen den Geschlechtern ist in allen europäischen Ländern zu beobachten. In der EU sterben Jahr für Jahr 630000 Männer im arbeitsfähigen Alter von 15–64 Jahren, dagegen nur 300000 Frauen (vgl. European Commission 2012).

Woran liegt dieser Unterschied? Das Problem beginnt schon sehr früh. Von Kindesbeinen an vermitteln Mütter ihren Töchtern mehr Gesundheitswissen als ihren Söhnen. Mädchen werden von ihren Eltern auch eher zum Arzt gebracht (vgl. Stier u. Weissenrieder 2006). Nach der Familiengründung sind es auch meistens die Mütter, die kranke Kinder versorgen und so häufiger einen Arzt sehen. Wie im ersten Kapitel bereits erläutert spielt die männliche Erziehung dabei auch eine erhebliche Rolle. Viele Junge wachsen immer noch in dem Bewusstsein auf, stets stark, unangreifbar und unabhängig sein zu müssen: »Es ist eine Schwäche, wenn ich zum Arzt gehe. Ich könnte ja etwas haben.«

Töchtern wird mehr Gesundheitswissen vermittelt als Söhnen. Mädchen werden von ihren Eltern auch eher zum Arzt gebracht.

Zu den Vorsorgeuntersuchungen geht jede 2. Frau, aber nur jeder 5. Mann. Als mögliche Gründe führt der europäische Bericht (European Commission 2011, S. 33) unpassende Praxisöffnungszeiten, langes Warten, Schwierigkeiten mit weiblichen Arzthelferinnen und mangelndes Vokabular und Darstellungsvermögen seitens der Männer an. Männern fehlen oft einfach die Worte, um über sensible Themen wie das eigene Wohlergehen zu sprechen.

Ein Fondsmanager mit einem Arbeitstag von ca. 14 Stunden und vielen Auslandsaufenthalten schaute das gesamte Gespräch betreten zu Boden, als es thematisch um seine Gesundheit und seine Familie (5 Kinder!) ging, die er kaum zu sehen bekam. »Ich war wohl zu wenig zu Hause« waren dabei seine einzigen Worte.

Männern fehlen häufig die Worte, um über ihr eigenes Wohlergehen zu reden.

Es ist also wichtig, in Gesprächen mit Männern genauer und mit »anderem Verständnis« hinzuhören und sich als Heilberufler nicht mit Worten wie »Morgen dreh ich mal 'ne Runde mit meiner Maschine, dann wird das schon mit der Entspannung.« zu begnügen. Auch wird dabei deutlich, dass Räucherstäbchen geschwängerte »Psycho-Arbeitsatmosphären« mit Eröffnungssätzen à la »Wie fühlt sich das an? Was kommen bei diesem Thema für innere Farbvorstellungen?« »Woher kennen Sie das?« oder auch »Ziehen Sie doch bitte aufgrund des herbstlichen Wetters unsere Hausschlappen an!« (Zitat einer Kollegin) nicht das geeignete Entree sind, um Männer dort abzuholen, wo sie sich befinden.

Aber auch der Rückzug auf technische Untersuchungen und rein funktionale Erklärungen von Gesundheit führen nicht zu einem umfassenden männlichen Gesundheitsverständnis und unterstützen nur bedingt den Erhalt der Gesundheit.

## 7.1 Männer im Risiko

Wir kommen zurück auf die verlorenen Lebensjahre der Männer und fassen an dieser Stelle die Risikofaktoren zusammen. Geschlechtsunabhängig existieren Gefahren für die Gesundheit aus