

**Quelle:** Handelsblatt vom 26.05.2008  
**Seite** Sonderbeilage / My Health, My Life  
**Autor** Sandra von der Horst

## Vorsorgemuffel Mann

*Männer sterben deutlich früher als Frauen. Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen und eine gesunde Lebensweise können allerdings dazu beitragen, dass Männer länger gesund bleiben.*

Männer sind das benachteiligte Geschlecht – zumindest, was die Lebenserwartung angeht. Ein aktueller Gesundheitsreport der Deutschen Angestellten Krankenkasse (DAK) zeigt auf, dass Frauen im Durchschnitt fast sechs Jahre älter werden als Männer. Gründe für die vorzeitige Sterblichkeit bei Männern sind aber nicht in einer biologischen Benachteiligung zu finden. So ergab eine Studie des Bundesinstituts für Bevölkerungsforschung aus dem Jahr 2002, dass Frauen maximal zwei Jahre älter werden als Männer, wenn beide Geschlechter unter identischen Bedingungen leben. Fazit: Männer können ihre Gesundheit durch ihr Verhalten selbst beeinflussen.

### Furcht vor der Diagnose

Der regelmäßige Gang zum Arzt würde laut Experten helfen, länger gesund zu bleiben. „Im Gegensatz zu Frauen, die über ihren Gesundheitszustand

informiert sein möchten, um schnell behandelt werden zu können, wird die Früherkennung von Männern selten genutzt. Der Mann fürchtet die Diagnose und eine daraus resultierende Leistungseinschränkung“, erklärt Lothar Weißbach, Urologe und wissenschaftlicher Vorstand der Stiftung Männergesundheit. „Männer übersehen zunächst Krankheitssymptome und denken, dass es von alleine wieder weggeht. Der Gang zum Arzt wäre ein Eingeständnis, dass er es alleine nicht schafft. Das passt zur Männerrolle eben nicht so gut“, so Thomas Altgeld von der Landesvereinigung für Gesundheit Niedersachsen e.V. Möglicherweise ein Grund, warum Männer trotz geringerer Lebenserwartung häufiger als Frauen behaupten, sie fühlten sich wohl. Vier von fünf Männern halten ihren Gesundheitszustand für „gut“ oder sogar „ausgezeichnet“. Dabei erkranken doppelt so viele

Männer an Lungenkrebs wie Frauen.

### Früher an später denken

Typische Männerkrankheiten sind neben geschlechtsspezifischen Problemen wie Prostatabeschwerden oder Erektionsstörungen auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Außerdem gehen Männer mehr Risiken ein. Die Bereitschaft, die Gesundheit im Verkehr, beim Sport, mit Alkohol- und Nikotinkonsum aufs Spiel zu setzen, ist weitaus höher als bei Frauen. So sind bei Männern zwischen 40 und 45 Jahren alkoholbedingte Leberschäden die häufigste Todesursache. Eine gesündere Lebensweise würde also helfen, um die eigene Gesundheit zu verbessern. Männer sollten aber vor allem die Vorsorgeuntersuchungen nutzen. Schließlich sind die Angebote bekannt,

werden aber nicht wahrgenommen.

### **Ein Tag für die Gesundheit**

Doch wie bekommt man das männliche Geschlecht dazu, häufiger zum Arzt zu gehen? Bei der Befragung im Rahmen des DAK-Gesundheitsreports ergab sich, dass die meisten vor allem eine umfassende medizinische Versorgung wünschen. Guten Zuspruch erfahren sogenannte Männergesundheitszentren. Dies bestätigt Lothar Weißbach, leitender Arzt im Männergesundheitszentrum an der EuromedClinic in Fürth: „Wie bieten eine Kombination aus internistischen und urologischen Untersuchungen an, die

genau den Erwartungen entspricht.“ Da die meisten Männer aufgrund hoher Arbeitsbelastung kaum Zeit für lange Arztbesuche haben, kommt ihnen vor allem der von der EuromedClinic angebotene Ein-Tages-Check gelegen. „Unsere Patienten sind Männer, die mitten im Berufsleben stehen und nicht von Arzt zu Arzt wandern wollen“, so Weißbach. Vielleicht lassen sich Männer so auf mehr Arztbesuche ein und steigern dadurch ihre Lebensdauer.

*Sandra von der Horst*