



*Lieber Leser, liebe Leserin,*

*ein für die Jungen- und Männergesundheit gutes und ereignisreiches Meilenstein-Jahr geht zu Ende. Schön ist – wie auch dieser Newsletter zeigt – dass das Thema politisch, in der Forschung und in der Praxis präsenter wird. Auch die Aussichten aufs kommende Jahr sind nicht schlecht, da sich auch das Robert-Koch-Institut dem Thema öffnet. Insofern: Gute Aussichten für die Männergesundheit!*

*Reinhard Winter*

## Aus dem Netzwerk für Männergesundheit

### ▪ **Erster Deutscher Männergesundheitsbericht erschienen**

Präventionsangebote und medizinische Versorgung müssen besser an den Bedürfnissen von Männern ausgerichtet werden. Das ist ein Ergebnis des Ersten Deutschen Männergesundheitsberichts. Der Bericht stellt die gesundheitliche Lage, die Gesundheitsversorgung und das Gesundheitsverhalten von Jungen und Männern in Deutschland dar. Defizite der Gesundheitsförderung und der medizinischen Versorgung werden darin aufgezeigt. Mitherausgeber Dr. Matthias Stiehler verweist auf die Ergebnisse des Berichts, die im öffentlichen Bewusstsein als männer-spezifisches Problem kaum wahrgenommen werden: „Es wird deutlich, dass es die gesellschaftliche Sicht auf Männer ist, die sich ändern muss!“



#### *Inhalte des Männergesundheitsberichts (Beiträge)*

- Männlichkeit und Gesundheit: Aktuelle Debatte und historische Perspektiven (Martin Dinges)
- Gesundheit und gesundheitliche Versorgung von Männern (Doris Bardehle)
- Jungengesundheit in Deutschland: Themen, Praxis, Probleme (Gunter Neubauer, Reinhard Winter)
- Der Alternde Mann (Kurt Seikowski, Uwe Paasch)
- Arbeit, Arbeitslosigkeit und Gesundheit (Johannes Siegrist)
- Riskantes Verhalten (Birgitta Sticher)
- Männerkrankheiten (Frank Sommer, Lothar Weißbach)
- Krankheiten von Männern: Interdisziplinäre Betrachtungen (Theodor Klotz)
- Psychische und Verhaltensstörungen (Anne Maria Möller-Leimkühler, Siegfried Kasper)
- Männergesundheit aus Sicht der DKV Deutsche Krankenversicherung AG (Birgit Babitsch, Ruth Waldherr-Ifada, Doris Bardehle, Sabine Mackeben-Haag, Ingo Fuß)
- Online-Angebote zum Thema Männergesundheit (Maren Salberg, Doris Bardehle)

Der Erste Deutsche Männergesundheitsbericht kann unter [www.maennergesundheitsbericht.de](http://www.maennergesundheitsbericht.de) bestellt werden. Quelle: Pressemitteilung, Stiftung Männergesundheit, 28. Oktober 2010

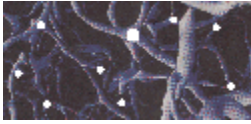
### ▪ **Netzwerk für Männergesundheit im Bundesforum Männer**

Am 4. November wurde in Berlin das "Bundesforum Männer - Interessenverband für Jungen, Männer und Väter" gegründet – ein historischer Augenblick in der Geschichte der Männerarbeit. Gründungsmitglieder sind über 20 Organisationen, die sich bundesweit für die Interessen von Männern und Jungen engagieren, auch das Netzwerk für Männergesundheit. Es wird vertreten von Stefan Beier, der außerdem in dem Vorstand des Verbandes gewählt wurde. Mehr unter: [www.bundesforum-maenner.de](http://www.bundesforum-maenner.de)

## Aus Wissenschaft und Forschung

### ▪ **Infertilität durch Notebook-Nutzung?**

Wer als Mann häufig einen mobilen Computer (Notebook, Laptop) auf seinen Oberschenkeln bedient, gefährdet seine Fertilität. Erhöhte Temperaturen der Hoden können die Spermienproduktion beeinträchtigen. In einer Studie wurde die Hodensack-Temperatur während der Notebook-Benutzung auf den Oberschenkeln gemessen. Sie erhöht sich in der Tat signifikant, ist allerdings abhängig von der Sitzposition. Ungünstig sind geschlossene Beine, die Temperatur erhöht sich bereits nach 11 Minuten um 1°C (nach einer Stunde: bis zu 2,5°C erhöhte Temperatur im Hodensack). Ein Kissen hilft etwas (Steigerung um ca. 2°C nach einer Stun-

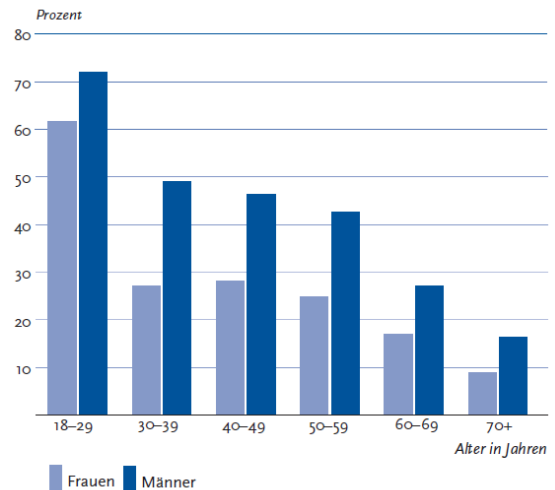


de), Sitzen mit gespreizten Beinen ist noch besser (bis zu 1,4° nach einer Stunde). Eine wirksame Prävention der scrotalen Hyperthermie bei Laptop-Nutzern ist nicht möglich. Quelle: Yefim Sheynkin u.a.: Protection from scrotal hyperthermia in laptop computer users. In: Fertility and Sterility doi:10.1016/j.fertnstert.2010.10.013

#### ▪ Männer unter starker Passivrauchbelastung

Auch wenn sie selbst gar nicht rauchen sind Männer erheblichen Belastungen durch Tabakrauch ausgesetzt. Die Ergebnisse des telefonischen Gesundheitssurveys „Gesundheit in Deutschland aktuell“ (GEDA) 2009 weisen auf diese starken Gesundheitsbelastungen für Männer hin. Die GEDA-Studie gibt auch Auskunft darüber, an welchen Orten eine Passivrauchbelastung auftritt. Dabei fällt auf, dass Männer oft an ihrem Arbeitsplatz mit Tabakrauch konfrontiert sind (weitaus häufiger als Frauen). Auch in Kneipen, Bars und Diskotheken sowie in Restaurants und bei Freunden und Bekannten sind mehr Männer als Frauen einer Passivrauchbelastung ausgesetzt. Passivrauchen stellt eine erhebliche Gefahr für die Gesundheit dar. Menschen, die sich regelmäßig in Räumen aufhalten, in denen geraucht wird, haben ein erhöhtes Risiko für eine Vielzahl von Krankheiten und Beschwerden. Dazu zählen auch schwerwiegende Krankheiten, wie z. B. Herz-Kreislauf-, Krebs- und Atemwegserkrankungen. Quelle: GBE kompakt, 3/2010 (Download unter [www.rki.de](http://www.rki.de)).

Anteil der Nichtraucherinnen und Nichtraucher, die Passivrauchbelastungen ausgesetzt sind, nach Alter  
Datenbasis: GEDA 2009



#### ▪ Jeder siebte Mann von Armut bedroht

Im Jahr 2008 waren 14,7% aller Männer Deutschlands armutsgefährdet. Das Niveau der Armutsgefährdung blieb gegenüber dem Jahr 2007 nahezu konstant. Dieses Ergebnis wurde aus der Erhebung LEBEN IN EUROPA 2009 ermittelt. Armutsgefährdet war, wer nach Einbeziehung staatlicher Transferleistungen ein Einkommen von weniger als 11.151 Euro im Jahr (929 Euro monatlich) zur Verfügung hatte. Männer zwischen 18 und 65 Jahren waren dabei etwas mehr (14,9%) von Armut bedroht. Männer über 65 Jahren dagegen sind weniger armutsgefährdet (12,9%). Quelle: Destatis, Pressemitteilung Nr.457 vom 27.11.2009

### Gute Praxis

#### ▪ Junge Tübinger Männer machen auf Männerkrankheiten aufmerksam – mit Bärtchen

Seit Anfang November lassen sich 17 junge Tübinger einen Oberlippenbart stehen. Sie wollen Männerkrankheit(en) thematisieren und Aufmerksamkeit für Männerkrankheiten wie Prostatakrebs erreichen. Sie sind Unterstützer einer weltweiten Initiative, die in Australien ihren Ursprung hat. Den ganzen November lang mussten sich alle Unterstützer einen Oberlippenbart (australisch: „Mo“) wachsen lassen. So kam die Bewegung auch zu ihrem Namen: „Movember“. Die „Mo’s“ sprechen Freunde und Fremde an, auf der Straße, im Hörsaal, in Kneipen. So wollen die Anhänger Spenden für Einrichtungen sammeln, die sich dem Kampf gegen den Krebs verschrieben haben. „Man weiß es, aber man macht sich darüber keine Gedanken“, sagt ein 26-jähriger Sportstudent, der sich bei der Aktion beteiligt. Deutsche Einrichtungen machen bei „Movember“ bislang nicht mit. Quelle: Schwäbisches Tagblatt, 26. November 2010, S. 25

#### ▪ 1000 Mutige Männer

Wie lassen sich Männer motivieren, zur Darmspiegelung zu gehen? Und wie muss die Ansprache sein, damit dem ersten „guten Vorsatz“ auch eine Handlung, also der Gang zum Arzt, folgt? Diese Fragen soll die Aktion „1000 Mutige Männer“ beantworten, die seit März 2010 im niederrheinischen Mönchengladbach läuft. Zielgruppe sind Männer ab 55 Jahre, die im Rahmen der gesetzlichen Krankenversicherung eine Darmspiegelung in Anspruch nehmen können. Grundlage der „Mutige-Männer-Kampagne“ ist ein zielgruppenbezogenes Gesundheitskommunikationskonzept. Dabei werden klassische Werbemittel und Marketingmaßnahmen mit der persönlichen Lebenswelt der Zielgruppe kombiniert. Um Männer anzusprechen, Resultate möglichst genau zu ermitteln und auch die Kosten überschaubar zu halten, wurde zur modellhaften Erprobung der Fokus



auf eine begrenzte Region gelegt. Die Wahl fiel auf Mönchengladbach – eine Stadt mit rund 270.000 Einwohnern, vielen sozialen Netzwerken, gut organisierten niedergelassenen Gastroenterologen sowie zwei zertifizierten Darmzentren. Bis Ende des Jahres sollen hier die „1000 Mutigen Männer“ gefunden sein. Diese Zahl ist im Sinne der Kampagne jedoch eher ein „Schlachtruf“, als ein Muss oder eine Obergrenze (bis Ende Oktober wurden bereits 782 Männer gezählt). Eine Evaluation soll belegen, wie die Aktion angenommen wurde. Bei Erfolg soll das Konzept auf andere Regionen übertragen werden. Mehr unter: [www.mutige-maenner.de](http://www.mutige-maenner.de)

## Medien und Veröffentlichtes

### ▪ **Gesunder Alltag im 20. Jahrhundert?**

Männer leben heute kürzer, während Frauen das kränkere Geschlecht sind. Ausgehend von diesem „gender paradox“ vergleicht Susanne Hoffmann das Gesundheits- und Krankheitsverhalten von Männern und Frauen, die im 20. Jahrhundert lebten. Auf der Basis von 155 unveröffentlichten „popularen“ Autobiographien aus Deutschland, Österreich und der Schweiz untersucht sie unter diskursanalytischer Perspektive sowohl die Praxis als auch gesundheitsrelevante Orientierungen im Alltag. Das Ergebnis zeigt eine Verlaufstypologie von vier unterschiedlichen Gesundheitslebensstilen im 20. Jahrhundert: „notgedrungene Nihilisten“, „arbeitsorientierte Workaholics“, „vergnügungsorientierte Bon-Vivants“ und „gesundheitsbewusste Interventionisten“. Mit dem Lebensstilkonzept gelingt der Autorin dabei eine nach Gender, sozialer Schicht und Generation differenzierte Betrachtung. Medizin, Gesellschaft und Geschichte – Beiheft 362010; ca. 576 Seiten mit 8 Abbildungen und 93 Tabellen. Kart., (stolzer) Preis: ca. 78,00 €; ISBN 978-3-515-09681-2 (Quelle: Verlagsinformation)

### ▪ **Hochbegabung: Gesundheitlich eher Fluch als Chance?**

Der Dokumentarfilm „Verdammt schlau“ über Kinder und Jugendliche mit Hochbegabung portraitiert drei Jungen (und ein Mädchen) mit Hochbegabung und u.a. ihre damit entstehenden Gesundheitsprobleme. Nicolas geht in die 5. Klasse eines Gymnasiums. Die Grundschulzeit war sehr konfliktreich. Seine Energie machte ihn bei Mitschülern und Lehrern unbeliebt. Er reagierte mit massiven Bauchschmerzen und verweigert bis heute jegliche Leistungsbereitschaft. Patrick ist 16 und blickt auf eine verkorkste Schullaufbahn zurück. Die Probleme beginnen in der Grundschule. und setzen sich auf dem Gymnasium weiter fort. Er wird zum Mobbingopfer. Auch Lehrer beteiligen sich an den Demütigungen. Schließlich wechselt er immer wieder die Schule. Inzwischen ist er so demotiviert, dass er gerade wieder auf einer Internatschule die 9. Klasse nicht geschafft hat. DVD 2010, 90 Min, Kauf 30,00 €, Ausleihe 10,00 €. Mehr: [www.medienprojekt-wuppertal.de/3\\_51.php](http://www.medienprojekt-wuppertal.de/3_51.php)

### ▪ **Fliegel/Veith: Was jeder Mann über Sexualität und sexuelle Probleme wissen will**

Wer mit einem so großspurigen Titel daherkommt – „Was jeder Mann über Sexualität und sexuelle Probleme wissen will“ – muss sich daran messen lassen. Das, was hier versprochen wird, hält das dünne Bändchen nicht, es ist in jeglicher Hinsicht etwas mager ausgefallen. Das beginnt schon beim Kapitel 1.1, „die männliche Sicht“, das gerade mal eine Seite füllt. Über männliche Sichtweisen aufs Sexuelle erfährt man dabei nichts, aber es wird munter pauschalisiert und die problemorientierte Perspektive präsentiert, die sich durchs ganze Buch zieht: Beim Männersex scheint hinter jeder Facette ein großes Problem zu lauern. Zwischendurch werden durchaus interessante Informationen oder Übungen vorgestellt, die bei sexuellen Problemen ausprobiert werden könnten. Aber insgesamt ist das alles nüchtern, fast technisch und so lustlos präsentiert, dass es unwahrscheinlich ist, ob das wirklich ein Mann wissen will und ob er dann auch noch praktisch wird. Etwas nachlässig wirkt es obendrein, z.B. werden im Text die Cowperschen Drüsen erwähnt, die dann auf der Lage-Grafik nicht zu finden sind, die Bläschendrüsen werden fälschlicherweise als Samenblasen bezeichnet. Überhaupt: „Jeder Mann“? Schwule oder bisexuelle Männer gehören wohl nicht dazu, sie tauchen nicht auf, Freier und Prostitution auch nicht, und Internetpornografie wird zwar als normal bezeichnet, aber vor allem als ein Problem dargestellt. Lust am Lesen dieses Buchs macht das alles nicht, und inhaltlich gibt's Besseres. Steffen Fliegel/Andreas Veith: Was jeder Mann über Sexualität und sexuelle Probleme wissen will. Ein Ratgeber für Männer und ihre Partnerinnen. Göttingen (Hogrefe) 2010. 89 Seiten, 12,95 €

Verantwortlich für den Newsletter und Redaktion: Reinhard Winter, SOWIT