

## SWR2 Wissen

# Männer und Frauen werden unterschiedlich krank

Von Eva Schindele

Sendung: Montag, 22. Dezember 2014, 8.30 Uhr

Redaktion: Detlef Clas

Regie: Günter Maurer

Produktion: SWR 2014

---

### **Bitte beachten Sie:**

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

---

### **Service:**

SWR2 Wissen können Sie auch als Live-Stream hören im **SWR2 Webradio** unter [www.swr2.de](http://www.swr2.de) oder als **Podcast** nachhören: <http://www1.swr.de/podcast/xml/swr2/wissen.xml>

Die **Manuskripte** von SWR2 Wissen gibt es auch als **E-Books für mobile Endgeräte** im sogenannten EPUB-Format. Sie benötigen ein geeignetes Endgerät und eine entsprechende "App" oder Software zum Lesen der Dokumente. Für das iPhone oder das iPad gibt es z.B. die kostenlose App "iBooks", für die Android-Plattform den in der Basisversion kostenlosen Moon-Reader. Für Webbrowser wie z.B. Firefox gibt es auch sogenannte Addons oder Plugins zum Betrachten von E-Books:

**Mitschnitte** aller Sendungen der Redaktion SWR2 Wissen sind auf CD erhältlich beim SWR Mitschnittdienst in Baden-Baden zum Preis von 12,50 Euro.  
Bestellungen über Telefon: 07221/929-26030

---

### **Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?**

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert.  
Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder [swr2.de](http://swr2.de)

## MANUSKRIFT

### **Sprecherin:**

Frauen sind anders krank. Männer auch. Ihre Lebensbedingungen unterscheiden sich, aber auch die Rollenerwartungen und Verarbeitungsmuster. Und sie leiden an anderen Krankheiten. Eigentlich ist das eine Binsenweisheit. Trotzdem setzt sich diese Erkenntnis erst allmählich in der medizinischen Forschung und im Praxisalltag durch.

### **Cut 1: Kolip**

Was man sagen kann, wir sind immer von so einem männlichen Normmodell ausgegangen, was weder den Frauen gerecht wurde, noch den Männern gerecht wurde ...

### **Sprecherin:**

Die Bielefelder Gesundheitswissenschaftlerin Professorin Petra Kolip.

### **Cut 2: Kolip**

Ich bin der festen Überzeugung, dass die Geschlechterbrille dazu beiträgt, dass wir unseren Blick öffnen für Vielfalt, die es gibt, und für Differenzierungen, die notwendig sind.

### **Ansage:**

Männer und Frauen werden unterschiedlich krank  
Eine Sendung von Eva Schindele

### **Sprecherin:**

Bis vor einigen Jahren unterschied die Gesundheitsforschung selten zwischen Männern und Frauen. Und bis heute gibt es Missverständnisse in der Praxis: Kommt ein Mann mit Magenproblemen zum Arzt, dann wird ihm nicht selten eine Magenspiegelung verordnet, einer Frau dagegen werden bei gleichen Symptomen Antidepressiva verschrieben.

### **Cut 3: Kolip**

Egal wo ich hingucke, muss ich mir zumindest die Frage stellen, ob von bestimmten Gesundheitsphänomenen Frauen anders betroffen sind als Männer, ob ich vielleicht als diejenige, die im Gesundheitswesen Akteurin ist – als Ärztin, Psychologin oder Krankenhausleiterin –, ob ich angemessen auf Geschlechterunterschiede reagiere oder ob es möglicherweise eine Dimension ist, die ich vernachlässigen kann.

### **Sprecherin:**

In der deutschen Sprache meint der Begriff „Geschlecht“ sowohl das biologische Geschlecht als auch die gesellschaftlich geprägte Geschlechterrolle. Im Englischen wird dagegen differenziert: „Sex“ ist der Körper von Mann oder Frau, „gender“ bezeichnet den soziologisch-kulturellen Hintergrund. Eine scharfe Trennlinie zwischen Sex und Gender ist aber in vielen Fällen gar nicht möglich, da sich Biologie und Rollenverständnis wechselseitig beeinflussen. Auch in Deutschland hat sich der englische Begriff „Gender“ daher in den letzten Jahren eingebürgert. Die Gendermedizin nimmt Frauen *und* Männer in den Blick. Denn wenn der Mann zum Teil bis heute als Maßstab und Modell in der Medizin gilt, wird diese Sichtweise auch

den Männern aus Fleisch und Blut nicht gerecht, meint der Psychologe Dr. Thomas Altgeld. Er leitet die *Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen* und befasst sich seit Jahren mit Männergesundheit:

#### **Cut 4: Altgeld**

Es ist der Körper eines mittelalten Mannes, der eben das Idealbild dieser Medizin ist, also praktischerweise denkt er auch nicht oder es werden keine Gedanken dort irgendwie mit aufgenommen oder mit beforscht... und deshalb ist [das] nicht der Mann, sondern der Körper eines Mannes die Norm gewesen, aber da stecken auch für Männer viel Implikationen drin, die nicht gut für die Männer sind.

#### **Zitator:**

Frauen werden in Deutschland im Durchschnitt sieben Jahre älter als Männer, der Mann 74 Jahre, die Frau 81. Vor allem das riskantere und wenig gesundheitsbewusste Verhalten von Männern schlägt dabei negativ zu Buche. Zwischen 15 und 45 Jahren kommen Männer dreimal häufiger als Frauen bei Verkehrs- oder Arbeitsunfällen, Gewalttaten oder durch Selbstmord um. Auch im Alter zwischen 45 und 65 sterben mehr Männer, vor allem an Lungenkrebs, Leberzirrhose und Herzinfarkt. Wenn Männer das 65. Lebensjahr erreichen, haben sie gute Chancen, genauso alt wie Frauen zu werden.

#### **Cut 5: Altgeld**

Erst mal finde ich: Lebenserwartung ist kein Indiz für Gesundheit oder nicht Gesundheit und auch kein Argument, weil, wenn man sich die Lebenserwartung an gesunden Jahren anguckt, unterscheiden sich Männer und Frauen nicht groß. Und da fangen schon die Werte an: Ist ein längeres Leben, was ich teilweise dann mit chronischen Krankheiten, vielen Kontakten zum Medizinsystem und vielleicht mehr Pflege mir erkaufe ein besseres Leben, als wo ich riskant lebe und was weiß ich, irgendwann an einem dieser Risiken versterbe, vielleicht an einem Herzinfarkt, beim Autounfall oder bei sonst was. Und da sieht man, dass das immer mit Werten verbunden ist. Also auch Werte von: Was ist ein gutes Leben, was ist ein richtiges Leben?

*Musik*

#### **Sprecherin:**

Gehirn, Immunsystem, Stoffwechsel – Frauen ticken anders als Männer. Diese Erkenntnis verdanken wir vor allem Frauen in den medizinischen Berufen, die genauer als ihre männlichen Kollegen auf Geschlechterunterschiede schauten. Beispiel Herzinfarkt. Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die Todesursache Nr. 1 in Deutschland, sowohl bei Männern als auch bei Frauen, wobei Männer im Durchschnitt zehn Jahre früher betroffen sind. Gerade der Herzinfarkt galt jahrelang als eine Krankheit, die vor allem Männer erwischt – gestresste Managertypen, deren Herz mit den Anforderungen des Berufs nicht mehr Schritt halten konnte.

#### **Cut 6: Thürmann**

Und so wurden dann auch in den Lehrbüchern die Symptome des Infarktes beschrieben, wie sie nun mal von Männern dargestellt werden, und das ist ein Brennen unter dem Brustbein und Schmerzen, die in den linken Arm und in das Schulterblatt ziehen. Und so haben wir das auch über Generationen gelernt ...

**Sprecherin:**

... so die Medizinerin und Pharmakologin Professorin Petra Thürmann vom Helios Klinikum Wuppertal.

**Cut 7: Thürmann**

In der Realität hat es sich herausgestellt, dass Frauen den Herzinfarkt häufig anders wahrnehmen, nicht so als ein akutes Schmerzerlebnis oftmals und auch eher als ein Brennen in der Speiseröhre, was dazu führte, dass man bei den Frauen eher ein Magen-Darm-Problem vermutete, anstatt eines Herzinfarkts.

**Sprecherin:**

Bereits vor 20 Jahren beschrieben US-amerikanische Medizinerinnen die unterschiedlichen Krankheitszeichen beim Herzinfarkt – vor allem die bei Frauen häufig auftretende Übelkeit. Doch es dauerte mehr als ein Jahrzehnt, bis dieses Wissen in die Fachwelt einsickerte. Bis heute bringt nicht jeder Arzt die von Frauen beschriebenen Symptome mit einem lebensbedrohlichen Herzinfarkt in Verbindung. Dadurch wird wertvolle Zeit verloren, Frauen sterben häufiger durch den Infarkt. Aber auch die Medikamente, die nach einem Herzinfarkt verordnet werden, wirken bei Frauen anders: zum Beispiel baut der weibliche Organismus Betablocker wie Metoprolol oder Carvedilol langsamer ab. Das bedeutet: Die Medikamente wirken länger und stärker. Selbst bei niedriger Dosis treten bei Frauen mehr Nebenwirkungen auf wie kalte Hände und Füße oder eine Einschränkung der Muskelleistung. Und Betablocker sind nicht die einzigen Medikamente, die bei Frauen anders wirken:

**Cut 8: Thürmann**

Der geschlechterspezifische Unterschied in der Medikamentenwirkung zieht sich querfeldein durch alle Medikamentenklassen. Das geht von ASS bis hin zu Antibiotika und Psychopharmaka.

**Sprecherin:**

ASS steht für den Wirkstoff Acetylsalicylsäure, der zum Beispiel im Schmerzmittel Aspirin enthalten ist, das aber auch als Blutverdünnungsmittel vorbeugend verordnet wird. Mit unterschiedlicher Wirkung: Bei Männern senkt es die Rate der Herzinfarkte, bei Frauen beugt es dem Schlaganfall vor.

Warum Medikamente bei Männern und Frauen unterschiedlich wirken hat verschiedene Ursachen. Einmal richtet sich die Dosis nach dem Körpergewicht – die Standardtablette hat den 75 kg schweren Mann als Maßstab – sowie nach der Verteilung von Wasser, Muskel- und Fettgewebe. Da Frauen mehr Fettgewebe haben, wirken fettlösliche Medikamente bei ihnen stärker. Beispielsweise viele Antibiotika. Zum anderen funktioniert der Stoffwechsel bei Männern anders als bei Frauen. Viele Medikamente werden mithilfe von Enzymen in der Leber abgebaut, erklärt Petra Thürmann:

**Cut 9: Thürmann**

Bei manchen Enzymen haben Frauen deutlich mehr, die bauen die Arzneimittel schneller ab und die wirken dann kürzer und schwächer. Und bei anderen Arzneimitteln haben Frauen deutlich weniger davon in ihrer Leber, und dann wirken die Medikamente viel länger, viel stärker und es kommt auch zu deutlich mehr Nebenwirkungen.

**Sprecherin:**

Ein Beispiel dafür sind Opiate, die starke Schmerzen bekämpfen. Inzwischen weiß man: Männer brauchen etwa die eineinhalbfache Dosis Morphin im Vergleich zu Frauen, und das bei etwa gleichem Körpergewicht.

**Cut 10: Thürmann**

Das ist natürlich sehr verwunderlich, wo man ja sonst immer denkt, Frauen wären wehleidiger. Und dann hat man das genau untersucht, und da ist tatsächlich im Körper die Stelle, wo sich das Morphin bindet, und dann im Körper die Schmerzen ausschaltet, diese Stelle ist bei Männern und Frauen wirklich anders. Und deswegen passt das Morphin besser bei den Frauen und wirkt schneller, und bei den Männern muss mehr Morphin gegeben werden, um die gleich gute Wirkung zu haben.

**Sprecherin:**

Da man diesen Mechanismus erst seit ein paar Jahren kennt, bekamen Frauen häufig zu hohe Dosen Morphin verabreicht. Mit der Folge, dass sie oft unter starker Übelkeit litten und hochbetagte, zierliche Frauen gehäuft einen Atemstillstand erlebten. Auch Medikamente gegen Heuschnupfen sind bei Frauen mit mehr Nebenwirkungen verbunden. Zum Beispiel treten seltene, aber gefährliche Herzrhythmusstörungen durch Antiallergika bei Frauen doppelt so häufig auf wie bei Männern.

**Cut 11: Thürmann**

Da liegt es nicht an dem Stoffwechsel der Medikamente, sondern tatsächlich daran, dass die Reizleitung im weiblichen Herzen anders ist als bei Männern und empfindlicher auf solche Störungen anspricht ... und man hat sogar herausgestellt, dass dieses Risiko für diese Herzrhythmusstörung sogar während des weiblichen Menstruationszyklus unterschiedlich ist. Also gerade die Phase des Eisprungs ist ganz besonders gefährlich.

**Sprecherin:**

Viele in der Leber vorhandene Enzyme variieren mit dem Hormonstoffwechsel und damit während des monatlichen Menstruationszyklus. Wie Medikamente nach der Menopause wirken, darüber lässt sich nur spekulieren. Vermutlich gleichen sich Frauen in dieser Lebensphase dem männlichen Organismus mehr an. Was fehlt, sind Arzneimittelstudien bei Älteren – und das gilt für beide Geschlechter. Noch immer ist der Modell-Patient der Arzneimittelforschung männlich und zwischen 20 und 35 Jahre alt.

*Musik – Konstantin Wecker: Lied vom Mannsein:*

*Ich bin seit ich weiß auf Kraft und Siegen programmiert.*

*Im Sagen groß. Das Herz zumeist auf breite Schultern reduziert.*

**Cut 12: Kolip**

Männer und Frauen gehen sehr unterschiedlich mit ihrem Körper um. Sie haben ein sehr unterschiedliches Verständnis von Gesundheit. Die Gesundheitsvorstellungen von Frauen sind sehr viel weiter und auch immer Psyche und soziale Aspekte umfassend, nicht nur den Körper. Männer eher funktional im Umgang mit dem Körper, eher auch ignorierend...

**Sprecherin:**

Männern ist die Gesundheit nicht so wichtig. Laut einer Studie des Allensbacher Meinungsforschungsinstituts gingen junge Männer selbst bei starken Beschwerden nicht zum Arzt, schließlich wollen sie nicht als „Weichei“ gelten. Auch die meisten Männer über 35 finden, laut Studie, nur dann den Weg in die Praxis, wenn sie sich richtig krank fühlen. Und selbst dann schluckt fast die Hälfte der befragten Männer weder die verordneten Medikamente noch befolgen sie die ärztlichen Ratschläge. Männer werden seltener als Frauen ins Krankenhaus eingeliefert, allerdings ist ihre stationäre Verweildauer dann höher.

**Cut 13: Altgeld**

Sie werden immer als „Gesundheitsmuffel“ oder im Vergleich zu Frauen mit einem schlechteren Gesundheitsverhalten denunziert würde ich fast schon sagen, und die Frage ist aber, auf was schaut man genau?

**Sprecherin:**

... sagt der Psychologe Thomas Altgeld, der sich seit Jahren mit Männergesundheit beschäftigt.

**Cut 14: Altgeld**

Ich glaube, dass in einem männlich dominierten Medizinsystem natürlich solche Fragen, die Männerrollen oder Männerbilder infrage stellen, gar keinen Raum haben, also von Seiten der Professionellen, die darauf gucken, wenn sie in solchen Systemen arbeiten.

*Regie: Zitat mit Musik unterlegen*

**Zitator:**

Gesucht: 1.000 mutige Männer für Offenbach. Was kann ich tun als mutiger Mann? Ein Mann, ein Wort: Vorsorge. Ganz klar. Wenn Sie 55 Jahre oder älter sind, ist der wichtigste Schritt, zur Darmspektion zu gehen. Und der ist ganz einfach: Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt. Der Rest passiert von alleine.

**Cut 15: Altgeld**

Es gibt beispielsweise die Kampagne zur Darmkrebsfrüherkennung, die die deutsche Krebsgesellschaft in einigen Bundesländern fährt. Die Kampagne kommt gut an, weil sie an klassischen Männerbildern anknüpft, und weil tausend mutige Männer mit irgendwelchem Preisausschreibengedödel unter dieser Überschrift in Arztpraxen zu kriegen, offensichtlich in mittelgroßen Städten möglich ist, wenn man den Fußballverein und den Arbeitgeberverband und die Gewerkschaften mit einspannt, [dann hat man relativ schnell tausend Männer an der Hand und kann eben das als Erfolg verbuchen.]

**Sprecherin:**

Die Kampagne konnte die Teilnehmerraten zumindest etwas steigern. Die Werbeleute hatten anscheinend den richtigen Ton getroffen. In der Lokalpresse wurden regelmäßig mutige Männer vorgestellt, die über ihre Erfahrungen mit der Darmspiegelung berichteten. Sachliche Informationen fehlen dagegen. Man erfährt weder, wie hoch der Nutzen tatsächlich ist, noch etwas über die Risiken und

Probleme der Untersuchung. Dafür gibt es auf der Homepage auch eine Seite für die Partnerin:

### **Cut 16: Altgeld**

In erster Linie wird die Partnerin dazu aufgefordert, ihn irgendwie dazu zu kriegen, dahin zu gehen. Also richtige Tipps, wie kommuniziere ich mit ihm, wie mache ich ihn zu meinem kleinen Helden, also so richtig geschlechterstereotyp, als gäbe es keine andere Arbeitsteilung in Beziehungen und als wären Frauen für nichts anderes zuständig, als für die Gesundheit ihrer Männer zu sorgen.

*Regie: Musik – Darüber:*

### **Zitator:**

Was kann ich tun – als starke Frau. Werden Sie zur Mut-Macherin! Es gibt nur wenige Menschen, auf die ein Mann mehr hört als auf seine Frau. ... Männer tendieren dazu, Unangenehmes zu verdrängen... Unterstützen Sie ihn. ... Männer wollen Helden sein und gelobt werden. Also tun Sie ihm den Gefallen und sagen Sie ihm, wie stolz Sie auf ihn sind.

### **Sprecherin:**

Viel Geld, oft sind es öffentliche Mittel, werden für Vorsorge-Kampagnen und Appelle zur Verhaltensänderung ausgegeben. Doch – so kritisieren Gesundheitsfachleute – laufen sie häufig ins Leere, weil sie nicht die „Denke“ von Männern mit einbeziehen. Zum Beispiel die Kampagne der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung gegen übermäßigen Alkoholkonsum: „Kenn dein Limit“. Für Männer, die ja gerne mal über ihr Limit gehen, sei das eher eine Aufforderung, so der Männerexperte Altgeld:

### **Cut 17: Altgeld**

Der andere Punkt wäre eben tatsächlich, ob man in Arztpraxen auch Ärzte mehr sensibilisiert für männerspezifische Kommunikation, weil der Arzt kriegt ja die ganzen Sekundärphänomene rund um Süchte eben mit und ob er das eben nebenbei akzeptiert oder ob er das anspricht oder nicht anspricht. Da fehlt relativ viel Kompetenz auf ärztlicher Seite.

### **Sprecherin:**

Gesundheitsförderung sollte in den unterschiedlichen Lebenswelten von Männern und Frauen ansetzen. Bei Männern sind das Sportvereine oder der Arbeitsplatz. Die Bielefelder Gesundheitswissenschaftlerin Petra Kolip hat mit Müllwerkern über ihre Vorstellung von Gesundheit und Gesundheitsförderung gesprochen und war vom Ergebnis überrascht.

### **Cut 18: Kolip**

Dann staunt man, wie vielfältig das Gesundheitsverständnis ist, wie sozial eingebettet es ist und wie viel Interesse sie am eigenen Körper haben, wobei man eigentlich denken würde, das sind jetzt Männer, die arbeiten so hart und gehen immer an ihre körperlichen Grenzen – das sind eigentlich Prototypen für das Wegdrücken, nicht darüber nachdenken usw. Wenn man diese Männer fragt, was sie für ihre Gesundheit und den Körper tun wollen und wie sie Angebote der Gesundheitsförderung wahrnehmen wollen, dann sagen sie, ja, würden wir schon gerne, aber, wenn es Angebote am Wochenende gibt, dann wollen wir das gerne

zusammen mit unseren Kindern machen können. Also Stichwort einen Kochkurs mit den Söhnen und Töchtern – von mir aus Kochen für Müttern am Muttertag. Die sagen, ich lebe in einen sozialen Kontext, ich habe Familie und wenn ich was in meiner Freizeit mache, dann muss das mit denen passieren oder es muss anders eingebunden sein.

### **Atmo 1: Musik/Vogelgezwitscher**

Im Frauengesundheitstreff Tenever treffen sich seit nunmehr 15 Jahren Frauen jedes Alters. Für sie gibt es hier Gesundheitsförderung besonderer Art. 1989 startete das in Deutschland einmalige Projekt.

### **Sprecherin:**

Tenever ist eine Trabantenstadt am Rande von Bremen. Hier wohnen 10.000 Menschen aus 80 Nationen. In den 1980er-Jahren galt das Viertel als sozialer Brennpunkt. Damals suchte ein Forschungsprojekt nach Wegen, die gesundheitliche Lage von Frauen aus ärmeren Schichten zu verbessern. Der Gesundheitstreffpunkt Tenever wurde gegründet und ist inzwischen eine feste Institution. Die Sozialpädagogin Jutta Flerlage:

### **Cut 19: Flerlage**

Es wurde gesehen, dass es für die Frauen wichtig ist, im Stadtteil mit anderen Frauen einen Raum zu haben, und dass sie sich da öffnen können für Gesundheitsbelange... das hat ja mit dem Alltag zu tun, was für Bedingungen ich habe, welche sozialen Verhältnisse ich habe, wie ich in Nachbarschaften, in soziale Netzwerke eingebunden bin... was ich mitbringe an Bildung... was für ein Bewältigungsvermögen ich mitbringe, mein Leben in die eigenen Hände zu nehmen.

### **Sprecherin:**

Fotos an den Wänden zeigen die vielfältigen Aktivitäten des Gesundheitstreffpunkts: Eine ältere Frau mit Kopftuch rührt in einem riesigen Topf, während andere Gemüse schnibbeln. In der Suppenküche werden einmal im Monat Gerichte aus dem Herkunftsland öffentlich serviert. Andere Fotos zeigen Frauen in Alphabetisierungs- und Deutschkursen, beim Schwimmen am wöchentlichen Frauen-Badetag oder Fahrradlernen. Inge Köbsel, die den Gesundheitstreffpunkt Tenever mit aufgebaut hat:

### **Cut 20: Köbsel**

Diese gegenseitige Akzeptanz führt dazu, dass die Frauen Vertrauen entwickeln und mutiger werden und sich gegenseitig engagieren. Das macht die Frauen gesünder. Selbst die Frauen, die körperliche Einschränkungen haben, sagen, seitdem sie hier sind, fühlen sie sich gesünder. Es ist losgelöst von der Definitionsmacht ob nun mein Cholesterinspiegel über 250 ist oder drunter. Unter Umständen, wenn ich dieses Gefühl nicht entwickeln kann, dann definiere ich mich danach, was meine Ärztin oder mein Arzt sagt, ob ich gesund bin oder nicht.

### **Zitator:**

Gesundheit und Krankheit hängen nicht nur von Messwerten oder medizinischen Diagnosen ab, sondern auch von der subjektiven Wahrnehmung und Bewertung von Symptomen: Frauen bewerten ihren Gesundheitszustand schlechter als Männer,



auch wenn sie objektiv gesünder sind. Sie gehen öfters in die Arztpraxis und bekommen mehr Arzneimittel verschrieben.

**Sprecherin:**

Männer finden sich auch dann okay, wenn ihr Doktor das ganz anders sieht. Frauen dagegen lernen von klein auf den Defizitblick: zu dick, zu dünn, zu hoher Cholesterinspiegel. Sie brauchen eher die Bestätigung von Fachleuten, dass mit ihnen alles in Ordnung ist. Anders als Jungs werden Mädchen schon früh an das Medizinsystem gewöhnt – spätestens wenn sie sich die Verhütungspille in der gynäkologischen Praxis verschreiben lassen. Vorsorge wird schon mit 20 zum Teil ihres Lebens. Und oft schüren Kampagnen – zum Beispiel die für das bundesweite Mammografie-Screening – die Angst der Frauen. Frauen sind begehrte Objekte der Medizinindustrie, die sogar normale weibliche Lebensphasen wie die Wechseljahre zu behandlungsbedürftigen Krankheiten umdeutet.

*Musik: Konstantin Wecker ...*

**Zitator:**

Männer rauchen mehr, trinken mehr Alkohol und konsumieren mehr illegale Drogen als Frauen. Frauen sind dagegen häufiger von Medikamenten wie Schmerz-, Schlaf- und Beruhigungsmittel abhängig. Laut einer Barmer-GEK-Studie schlucken 10 Prozent der 40-jährigen und 20 Prozent der 60-jährigen Frauen Antidepressiva.

**Sprecherin:**

Der Männergesundheitsbericht 2013 legt seinen Fokus auf die seelische Gesundheit von Männern. Danach werden immer mehr Männer vor allem in den Großstädten wegen psychischer Probleme und dem sogenannten Burn-Out-Syndrom krankgeschrieben oder wegen Alkoholabhängigkeit behandelt. Der Bericht geht von einer medizinischen Unterversorgung psychischer Erkrankungen bei Männern aus. Männerspezifische Symptome psychischer Erkrankungen seien bisher wenig erforscht. Beispielsweise gelten Depressionen als typisch weiblich, dabei wird die Not vieler Männer einfach übersehen, sagt der Berliner Sozialpsychiater und Gesundheitswissenschaftler Dr. Stefan Weinmann:

**Cut 21: Weinmann**

Männer dürfen einfach Schwächen und Weichheiten nicht so zeigen und agieren dann häufiger Dinge aggressiver aus, während Frauen psychische Dinge eher zeigen dürfen....

**Sprecherin:**

Männern fällt es schwer, sich als seelisch verletzt zu akzeptieren. Sie gehen mit dem Gefühl innerer Leere und Sinnlosigkeit extrovertierter um als Frauen und verhalten sich riskanter, sodass die Umgebung schnell mit dem Urteil „selber schuld“ bei der Stelle ist, statt es auch als Hilferuf zu erkennen.

**Cut 22: Weinmann**

Alkohol kann eine Form des Umgangs mit depressiven Beschwerden sein, aggressive extrovertierte Sportarten. Wir wissen auch, dass Männer aggressiver Auto fahren. Männer haben auch aggressivere Methoden, wenn sie Selbstmordgedanken haben und ein höheres Risiko, das auch durchzuführen.

**Sprecherin:**

Anders als Diabetes oder Bluthochdruck lässt sich eine psychische Erkrankung nicht einfach messen. Die Diagnose entsteht im ärztlichen Gespräch und wird geprägt von Erwartungen, die Arzt oder Ärztin an die weibliche oder männliche Rolle haben. Auch die Kriterien des internationalen Diagnosekatalogs ICD 10 sind nicht frei von diesem kulturellen Blick. Danach gilt jemand als depressiv, wenn er oder sie sich zwei Wochen lang antriebsarm und niedergeschlagen fühlt, schlecht schläft, sich mit Schuldgefühlen herumschlägt und unter häufigen Kopf-, Rücken- oder Magenschmerzen leidet.

**Cut 23: Altgeld**

Ich glaube für Männer ist es wichtig, dass sie Mann bleiben. Wenn die Beschwerdeliste so formuliert ist, dass ich denke, das sind alles Frauenbeschwerden, und wenn ich das jetzt ankreuze, werde ich weiblich oder weich, also dann mache ich das natürlich nicht als Mann, selbst wenn es mir schlecht geht. .... Und dann, wenn alles zusammenbricht, dann erschieß' ich mich erfolgreich, oder erhäng' mich erfolgreich, also die hohen Suizidraten der Männer sprechen ja für eine Unterdiagnostik der Depressionen bei Männern und man müsste da genauer hingucken.

**Zitator:**

Das Männliche, Extrovertierte, Konkurrierende wird heute zu negativ bewertet. Dabei kann es auch bei der Bewältigung von Problemen helfen und eine Ressource für Gesundheit sein.

**Sprecherin:**

... schreibt der Dresdner Psychologe Matthias Stiehler im Männergesundheitsbericht 2013. Vorausgesetzt, neben der Akzeptanz von Stärke gebe es auch das Wissen um eigene Begrenzungen und Schwächen. Und weiter schreibt der Männerforscher:

**Zitator:**

Ein gesundes Risikoverhalten ist auch Ausdruck von Lebenslust. Es führt zu Bewegung, Flexibilität und Fitness.

**Sprecherin:**

Allerdings: Je prekärer die soziale Situation eines Mannes ist, umso schwerer fällt es ihm, sich gesund zu verhalten. Arbeitslose Männer, bei denen vielleicht Ehe oder Familie zerbrochen sind und die über kein soziales Netzwerk verfügen, sind am meisten gefährdet. Das spiegelt sich auch in der Lebenserwartung wider.

**Cut 24: Altgeld**

Die Lebenserwartung zwischen den am besten gestellten und den am schlechtesten gestellten Männern in Deutschland variiert um 14 Jahre. Das heißt 14 Jahre leben die reichsten Männer länger als ... die ärmsten. ... Also dass ich in einer Stresssituation, in einer Armutssituation, in einer sozial benachteiligten Gegend leichter dazu neige viel zu trinken, viel zu rauchen, riskant im Straßenverkehr zu sein, riskant im Geschlechtsverkehr zu sein, also dass all diese Risiken für mich dann keine Rolle mehr spielen, warum soll ich meinen Körper pflegen, wenn er eh gesellschaftlich zu nichts nutze ist? ... Also wenn die Gesellschaft nicht mehr Perspektiven für dauerhaft benachteiligte Gruppen bieten kann, dann braucht sie

auch nicht mit Gesundheitsbotschaften in diese Settings zu rennen. Also die bringen auch kein besseres Leben.

**Sprecherin:**

Frauen der niedrigsten sozialen Schicht sterben neun Jahre eher als Frauen mit dem höchsten Einkommen. Auf beide Geschlechter trifft also nach wie vor der alte Spruch zu: „Wenn du arm bist, musst du eher sterben,“ wobei nicht nur höheres Einkommen, sondern auch gute Bildung und ein funktionierendes soziales Netz zählen.

**Cut 25: Köbsel**

Jeder Mensch hat gesunde und kranke Anteile und wir versuchen, die gesunden Anteile zu stärken. Wesentliche Stichworte sind zum Beispiel, Vertrauen in das Leben zu haben, dass ich davon ausgehe, dass das, was zukünftig sein wird, dass ich das bewältigen kann und dass mir die entsprechenden Mittel auch zur Verfügung stehen, dass es sinnhaftig ist das Leben und das führt zu mehr Gesundheit.

*Musik*

\* \* \* \* \*