



Lieber Leser, liebe Leserin,
die Auseinandersetzung um Definition und Verortung von Männergesundheit findet derzeit auch bei Wikipedia statt: Der Artikel „Männergesundheit“ wurde kurzerhand zur Überarbeitung verschoben – bei der Suche nach dem Stichwort kommt jetzt ein Link zu „Andrologie“. Das spricht auch für die (neue) Qualität von Wikipedia, der Beitrag war in der ursprünglichen Fassung wohl zu unpräzise. Wer sich beteiligen möchte an der Verbesserung: Der Eintrag steht unter <http://de.wikipedia.org/wiki/Benutzer:Minderbinder/M%C3%A4nnergesundheit> zur Überarbeitung.
Reinhard Winter

▪ **Fünftes Wissenschaftliches Symposium „Männergesundheit“**

Wer keine Zeit hatte im vergangenen November an dem 5. Wissenschaftlichen Symposium „Männergesundheit“ teilzunehmen, kann die Vorträge in einem Sonderheft der Zeitschrift „Blickpunkt der Mann“ nachlesen. Das Symposium wurde von der Deutschen Gesellschaft für Mann und Gesundheit veranstaltet. Die Männergesundheit ist bekanntlich ein weites Feld, daher sind die vom 20. bis 22. November letzten Jahres besprochenen Themen aus sehr unterschiedlichen Gebieten der Medizin. Von der „Kommunikation in der Arztpraxis“ über die „Testosteronsubstitutionstherapie“ bis hin zu der Frage „Hat die endotheliale Dysfunktion eine klinische Relevanz?“ werden unterschiedliche Themen der Männergesundheit aus einem sehr medizinischen Blickwinkel diskutiert. Beim Lesen der 14 Vorträge habe ich mir doch auch ein anderen Blick auf die Männergesundheit gewünscht als nur den medizinischen. Da Einladungen zu diesem Symposium in Berlin wohl nur an Mediziner versendet wurden, ist dies aber auch zu entschuldigen (ein Referent muss ja für seine Zuhörer den Vortrag konzipieren und nicht für Leser, die den Text im Internet entdecken). Die Vorträge sind unter der Adresse <http://www.kup.at/journals/inhalt/1097.html> einzusehen. (Ulrich Schürfeld)

▪ **Hodenkrebsgefahr bei Zeugungsunfähigkeit**

Mit dieser Zeile war eine Internetmeldung im Februar 2009 überschrieben, die auf eine neue Studie der University of California aufmerksam machte. Dass es wohl einen Zusammenhang zwischen verminderter Zeugungsfähigkeit und Hodenkrebs gibt, haben in der Vergangenheit auch schon andere Forschergruppen z.B. aus Kopenhagen herausgefunden. Das Ergebnis der neusten Studie aus Kalifornien besagt, dass Männer mit verminderter Spermienqualität ein 3-fach höheres Risiko haben als Männer mit normaler Fruchtbarkeit. Die dänische Studie aus dem Jahr 2000 kam zum Ergebnis, dass von den 32 000 untersuchten Männern, diejenigen mit einer Sperma-Anomalie ein 1,3- bis 2,5-faches höheres Risiko haben an Hodenkrebs zu erkranken. (Quelle: Ärztliche Praxis Feb.09 und Br.Med.J. 321 (2000, Seite 789-792))

▪ **Umweltschadstoff: Phthalate**

Die in der Industrie als Weichmacher für Plastikarten verwendeten Phthalate sind in unserer Umwelt weit verbreitet. Gerade das, z.B. in der Medizin für Transfusionsschläuche verwendete Weich-PVC enthält sehr viel von diesen Phthalaten. Bisher standen bei der Risikobetrachtung nur die Kinder im Fokus, da sie die höchsten Konzentrationen im Blut aufweisen. Neueste Untersuchungen weisen aber auf eine ganz andere Risikogruppe hin, auf Schwangere bzw. auf die noch gar nicht geborenen Kinder, da die Phthalate die Plazentaschranke überwinden. Im Blutkreislauf des Fötus entfaltet sich eine schädigende Wirkung schon in geringsten Konzentrationen, gerade bei männlichen Föten, denn Phthalate haben ein Einfluß auf die Hodenbildung und deren späteres Wachstum. Auf diesen Zusammenhang wurde bei einer Konferenz Human-Biomonitoring im Bundesministerium für Umwelt, Reaktorsicherheit und Verbraucherschutz in Bonn am 27. Januar 2009 hingewiesen. Ob dieser Zusammenhang auch eine Erklärung für den kontinuierlichen Anstieg der Hodenkrebsfälle in den Industriestaaten seit den 1970er Jahren ist, konnten die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus Forschungsinstituten, Behörden und der Chemischen Industrie nicht sagen. Für mich ergibt dies aber schon eine sinnhafte Erklärung, hier genauer hinzusehen wäre sicherlich zielführend. (Quelle: Konferenz Human-Biomonitoring am 27.01.09, Ulrich Schürfeld)

▪ **Wochenbettdepression bei Männern**

In meinem Schreiben an die Mitglieder der Netzwerks Männergesundheit (am 19.01.09 versendet) rief ich dazu auf, bei dem Thema Wochenbettdepression die Möglichkeiten eines Netzwerkes zu nutzen. Bisher habe ich keine näheren Informationen zu der dänischen Studie bekommen. Jedoch bekam ich von Bernhard Stier interessante Hinweise. So findet ihr unter <http://www.wissenschaft.de/wissenschaft/news/254524.html> einen



Artikel, der unterschiedliche Wirkungen von Depressionen der Mutter oder des Vaters auf Töchter oder die Söhne aufzeigt. Bernhard Stier legte hängte seiner Mail eine pdf-Datei mit dem Padiatrics-Artikel an, die ich unkommentiert weiter gebe (als Anhang dieses Newsletters). Ich bin sehr froh darüber, dass an dem Beispiel deutlich wird, welches Informationspotential unser Netzwerk hat. (Ulrich Schürfeld)

▪ **Östrogene in Shrimps und Kaugummi? Schlecht für den Mann**

Geläufige Zusatzstoffe von Nahrungsmitteln könnten östrogene Wirkung besitzen, von der man bisher nichts wusste. Das haben Biochemiker der Universität Parma herausgefunden. Alessio Amadasi und Kollegen überprüften an einer Datenbank von 1.500 als Nahrungszusatz verwendeten Stoffen eine neue Nachweismethode für östrogen wirkende Substanzen. Zwei Substanzen offenbarten dabei bislang unbekannte östrogene Effekte. Eines davon ist das Konservierungsmittel Propylgallat, das Fette und Öle vor dem Ranzigwerden schützt und unter anderem in Kuchenmischungen, Knabber-Erzeugnissen, Trockensuppen oder Kaugummi eingesetzt wird. Das zweite ist 4-Hexylresorcinol, das bei Schalentieren wie Shrimps Verfärbungen verhindert. Östrogen wirkende Substanzen ahmen als synthetische Chemikalien die Wirkung natürlicher Östrogene nach. In hoher Dosis bringt man sie bei Männern mit verringerten Spermienzahlen in Verbindung. Mit der Verwendung von Propylgallat und 4-Hexylresorcinol als Zusatzstoffe in der Nahrung sollte man vorsichtig sein, so das Fazit der Autoren. Veröffentlicht in: Chem Res Toxicol 22 (2009) 52–63. Originalpublikation: <http://pubs.acs.org/doi/full/10.1021/tx800048m?cookieSet=1>

▪ **Doping am Arbeitsplatz: Männer erhöhen ihr Leistungspotenzial**

Rund 2 Millionen Deutsche greifen zu aufputschenden Mitteln, um ihre beruflichen Leistungen zu verbessern. Das ergab der DAK-Gesundheitsreport 2009. Für den Report befragte die Kasse unter anderem 3.000 Arbeitnehmer im Alter von 20 bis 50 Jahren. Hochgerechnet nehmen gut zwei Millionen Beschäftigte Medikamente als Dopingmittel, davon weniger als die Hälfte (bis etwa 0,8 Millionen) regelmäßig und ganz gezielt. So nehmen vier von zehn "Dopern" die Medikamente täglich bis mehrmals wöchentlich ein. Der Gesundheitsreport zeigt Unterschiede zwischen den Geschlechtern: Männer neigen eher zu aufputschenden und konzentrationsfördernden Präparaten, Frauen bevorzugen beruhigende Mittel gegen depressive Verstimmungen oder Ängste, Männer versuchen also eher, ihr Leistungspotenzial zu erhöhen, wenn sie dopen. Die DAK warnt davor, Medikamente wie Antidepressiva, Mittel gegen Demenz und ADHS oder Betablocker ohne medizinische Begründung einzunehmen, nur um seine Leistung zu steigern oder besser drauf zu sein. Es bestehe hohes Nebenwirkungs- und Suchtpotenzial. Quelle: DAK

▪ **ADHS: Medikamente wirken wie schwere Drogen**

Jungen mit Aufmerksamkeitsdefiziten wird besonders häufig der Wirkstoff Methylphenidat verordnet (Ritalin). Dieses Medikament wird nun erneut kritisiert. Das Präparat löste im Versuch mit Mäusen ähnliche Reaktionen aus wie das Rauschgift Kokain. Wissenschaftler der US-amerikanischen Rockefeller Universität in New York hatten im Tierversuch die Langzeitfolgen von Methylphenidat untersucht. Zwei Wochen lang bekamen Mäuse täglich entweder Kokain oder Methylphenidat verabreicht. Anschließend untersuchten die Neurologen das Belohnungszentrum im Gehirn der Tiere. Tatsächlich hatten beide Substanzen in ähnlicher Weise auf die Nervenzellen gewirkt. In manchen Fällen zeigte das Medikament zur Behandlung des „Zappel-Philipp-Syndroms“ sogar stärkere Effekte als das gefährliche Kokain. Bei den mit Methylphenidat behandelten Mäusen fanden die Forscher vor allem ein ganz bestimmtes Protein. Dieses Eiweiß bildet sich nach der Einnahme von süchtig machenden Drogen im Gehirn. Es scheint vor allem für die Langzeitwirkungen von Suchtmitteln verantwortlich zu sein. Sowohl Kokain als auch Methylphenidate zählen zu den Psychostimulantien. Bisher wurde der Wirkstoff als eher harmlos eingestuft. (Quelle: *GesundheitPro* vom 5. Februar 2009)

▪ **Computer- und Konsolenspiele beeinträchtigen soziale Gesundheit**

Je häufiger sich junge Menschen mit Computer- und Konsolenspielen (wie Playstation) beschäftigen, desto schlechter ist ihre Beziehung zu Gleichaltrigen und Eltern. Zu diesem Ergebnis kommt eine Studie an der Brigham Young Universität, Provo/USA. Männlicher Jugendliche und junge Männer spielen solche Spiele deutlich mehr: fast Dreiviertel der männlichen Probanden spielten regelmäßig, während nur 17 Prozent der Frauen angaben, mehr als einmal im Monat zu spielen. Das Team um Laura Walker hat 813 Studenten zu ihrem Spielverhalten und zur Qualität ihrer Beziehungen befragt. Die Studienteilnehmer gaben an, wie viel Zeit sie mit Videospiele sowie mit Freunden und Eltern verbringen. Ein Fragenkatalog sollte zudem klären, wie es um Punkte wie Vertrauen, Unterstützung und Zuneigung in den Beziehungen der jungen Leute steht. Solche Spiele haben vermutlich zwei Effekte: junge Erwachsene lösen sich aus wichtigen sozialen Bindungen



oder Menschen, die ohnehin Probleme mit Beziehungen haben, versuchen auf andere Weise ihre Zeit zu verbringen. Allerdings lässt sich aus der Untersuchung nicht schließen, dass Videospiele das „Aus“ für eine Beziehung bedeuten. Dazu war die von der Forschergruppe gefundene Korrelation zu gering. Ein weiteres Ergebnis: Je mehr Zeit Probanden an der Konsole verbrachten, desto häufiger berichteten sie über riskante Verhaltensweisen wie Alkohol- und Drogenmissbrauch. Befragte, die täglich spielten, rauchten zweimal so häufig Cannabis wie gelegentliche Spieler und dreimal so oft wie Nichtspieler. Journal of Youth and Adolescence, 10.1. 2009; download: <http://www.springerlink.com/content/w487673k5415k142/fulltext.pdf>

▪ **Angebot für Männer mit Ess-Störung in München**

Jeder Zehnte an Ess-Störung erkrankte Mensch ist ein Mann, aber die Suche nach geeigneten Therapiemöglichkeiten gestaltet sich oft als schwierig. Nun wird es in München ein solches gruppentherapeutisches Angebot (auch) für Männer geben. Ziel ist eine gemischte Gruppe mit Frauen und Männern mit insgesamt zehn Teilnehmern/ Teilnehmerinnen in einem möglichst ausgewogenen Verhältnis. Die Art der Essstörung spielt dabei keine Rolle. Die Gruppe findet wöchentlich statt (mittwochs von 17.00 Uhr bis 18.30 Uhr). Mehr Information, auch für allgemeine Fragen zum Thema Essstörungen bei Männern oder für Einzelfallberatungen: Fachambulanz für Essstörungen, Tel. 089/23114970 oder www.caritas-essstoerungen-muenchen.de

▪ **„Untenrum gesund!“ Informationsbroschüre vom Pro familia Landesverband NRW e.V.**

In der neuen Informationsbroschüre „Untenrum gesund!“ handelt es sich um Informationen zur urogenitalen Gesundheitsvorsorge von Jungen und Männern. Neben Männern und Eltern sollen mit der Broschüre auch pädagogisch Tätige, die mit Jungen arbeiten, angesprochen werden. Das Aufsuchen einer urologischen Praxis ist für Jungen und Männer keineswegs Routine. Ein Arzt wird häufig erst unter großem Leidensdruck und dann evtl. zu spät aufgesucht. Diejenigen, die Jungen pädagogisch begleiten, wissen häufig selbst nicht genau, wie sich Krankheiten zeigen, was im Falle eines Falles zu tun ist oder was vorbeugend getan werden kann. In der Handreichung sind neben grundlegenden Dingen zur männlichen Körperentwicklung spezielle Informationen zur urogenitalen Gesundheitsvorsorge zusammen gefasst. Es werden Hinweise gegeben, wie Vorsorge in den verschiedenen pädagogischen Feldern aussehen kann. Die Broschüre ist über den Pro Familia Landesverband NRW für 4,50 € (innerhalb der BRD) incl. MwSt., Porto und Versand zu beziehen. Bestellen: lv.nordrhein-westfalen@profamilia.de

▪ **Broschüre: „Schau hin - ein Ratgeber im Umgang mit männlichen Opfern von Gewalt“**

Nach wie vor ist es Ziel auch der dritten Auflage „dass wir mit der Broschüre unseren Beitrag dazu leisten können, dass sich das gesellschaftliche Bewusstsein zunehmend öffnet, dass Jungen und Männer auch Opfer von Gewalterfahrungen sein können und die Betroffenen unsere Unterstützung benötigen.“ Diese Broschüre ist 22 Seiten stark und erscheint im DIN A5 Format. Sie richtet sich an Menschen, die mit Jungen und Männern arbeiten und leben. Die Broschüre kann per E-Mail bestellt werden und kostet 1,25 € zzgl. Versandkosten (günstigere Staffelpreise ab 10 Expl.). Bestellen: Heitmann@jungearbeit.info

▪ **Gegen sexistische Werbung**

Ob und wie sexistische Werbung Männer krank macht, ist bislang nicht hinreichend untersucht. Kränkend wirkt sie auf jeden Fall und sie trägt zur Bildung von Männlichkeitsbildern bei – die wiederum gesundheitsschädlich wirken. Geschlechterdiskriminierende Werbung betrifft Männer meist indirekt: Frauen wirken beispielsweise in Werbespots oft als intelligent, selbstbewusst und liebevoll, während Männer als jämmerlich und albern erscheinen. Der Mann wird häufig als Versager, als nützlicher Trottel oder mitunter als Zielobjekt weiblicher Übergriffe dargestellt. Diese unsägliche „Mode“ ist durch wissenschaftliche Untersuchungen belegt und durchzieht die Werbung auf vielen Medienkanälen. Mit dem Projekt www.realitycheck.ch wurde in der Schweiz ein Vorhaben lanciert, das geschlechtsstereotype Botschaften sichtbar machen und herabwürdigende Trends brechen will. Das Motto: „Unbefangene“ erkennen männerfeindliche Reklame sowie jugenfeindliche Werbespots – und reklamieren unmissverständlich!

Verantwortlich für den Newsletter und Redaktion: Reinhard Winter, SOWIT