



*Lieber Leser, liebe Leserin,
dieses ist der dreißigste Newsletter des Netzwerks für Männergesundheit – eigentlich ein Grund zu Feiern.
Wir tun das, indem wir über Themen der Männergesundheit informieren und gleich vier Rezensionen abliefern. Eine vergnügte, gesundheitsförderliche Lektüre wünscht
Reinhard Winter*

Aus Wissenschaft und Forschung

▪ **Deutlich mehr Männer als Frauen sterben an Lungen- und Bronchialkrebs**

Im Jahr 2007 sind bundesweit 30 406 Männer an Krebserkrankungen der Lunge und der Bronchien, des Kehlkopfs oder der Luftröhre gestorben (und 12 599 Frauen). Das teilte das Statistische Bundesamt (Destatis) anlässlich des Weltnichtrauchertages am 31. Mai mit. Diese Erkrankungen können in engen Zusammenhang mit dem Konsum von Tabakprodukten gebracht werden. Das Risiko von Männern, an einer dieser Krebsarten zu sterben, ist in den letzten 20 Jahren leicht zurückgegangen (um 8%). Bei Männern mit diesen Krebserkrankungen lag das durchschnittliche Sterbealter bei 70 Jahren. Insgesamt starben Männer im Durchschnitt mit knapp 73 Jahren. Es muss davon ausgegangen werden, dass der Konsum von Tabak bei einer Vielzahl von Todesfällen – unter anderem auch bei den Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) – negative Auswirkungen auf den Gesundheitszustand hatte und ebenfalls mit zum Tod beigetragen hat. (Quelle: Statistisches Bundesamt/Pressemitteilung Nr.203 vom 28.05.2009)

▪ **Weniger Fleischkonsum lässt den Mann länger leben**

Fleisch ist ein Stück Lebenskraft? Im Gegenteil! Die weltweit bisher größte Studie zum Risiko von rotem Fleisch bestätigt, dass Steaks, Hamburger und Koteletts mit Vorsicht zu genießen sind. Wer es in der Woche auf mehr als drei Pfund bringt, steigert sein Sterberisiko um bis zu 50 Prozent. Demnach erhöhen große Portionen von Rind-, Schweine- und anderem rotem Fleisch die Gefahr von Krebs, Herz- und Kreislaufleiden sowie andere Krankheiten. Das gilt auch für Produkte aus diesem Fleisch wie Würstchen, Speck und Aufschnitt. Das Risiko steige entsprechend der konsumierten Menge um bis zu 50 Prozent. Die Studie verglich die Ernährung von 545.000 US-Bürgern im Alter von 50 bis 71 Jahren über einen Zeitraum von zehn Jahren. Am Ende der Untersuchung waren rund 71.000 Teilnehmer gestorben. Dabei wiesen diejenigen, die am meisten rotes Fleisch gegessen hatten, das höchste Sterberisiko auf – auch wenn andere Gesundheitsrisiken wie Rauchen, Übergewicht und Bewegungsmangel herausgerechnet wurden. Insgesamt hätten 11 Prozent der Todesfälle bei Männern vermieden werden können, wenn alle Teilnehmer so wenig rotes Fleisch gegessen hätten wie die 20 Prozent der Probanden mit dem geringsten Konsum (bis zu 150 Gramm pro Woche). Bei Männern, die täglich knapp 250 Gramm rotes Fleisch gegessen hatten, war das Krebstodrisiko um 22 Prozent und das Herztodrisiko um 27 Prozent höher als bei jenen Studienteilnehmern, die nicht mehr als 150 Gramm rotes Fleisch pro Woche zu sich genommen hatten. Quelle: Arch Intern Med 169 (2009) 562–571; Abstract der Originalpublikation: <http://archinte.ama-assn.org/cgi/content/short/169/6/562>

▪ **Erfahrung von Unfairness ist ungesund**

Herz-Kreislauf-Erkrankungen stellen die häufigste Todesursache von Männern dar. Meist werden Ursachen im männlichen Fehlverhalten gesehen. Aber auch strukturelle Bedingungen können damit ursächlich verbunden werden. Umgekehrt: Fairness im Berufsleben wirkt sich auf die Gesundheit des Mannes aus. Das belegen Untersuchungen von Armin Falk, Professor für Volkswirtschaftslehre in Bonn. Ein kurzer Einblick in eine seiner Studien:

Falk: Wir haben wieder zwei Teilnehmer ins Labor eingeladen. Einer bekam die Rolle des Chefs, der andere die des Arbeiters. Der Arbeiter bekommt Blätter mit Nullen und Einsen. Er muss die Nullen zählen und in den Computer eingeben, eine totale Idiotenaufgabe. Wenn das Ergebnis stimmt, erwirtschaftet er mit jedem Blatt

einen Mehrwert von drei Euro. Am Ende darf der Chef das Geld zwischen beiden aufteilen.

ZEIT CAMPUS: Was macht der Chef in der Arbeitszeit?

Falk: Der Chef macht nichts. Er kann lesen oder für die Uni lernen. Seine Aufgabe ist es nur, hinterher den Arbeiter nach eigenem Ermessen zu bezahlen. Eine Aufteilung wie im richtigen Leben: Kapital und Arbeit. Wenn der Arbeiter eine gewisse Summe erwirtschaftet hat, fragt ihn der Leiter des Experiments: Was wäre



denn ein fairer Anteil? Im Schnitt verlangen die Arbeiter etwa zwei Drittel.

ZEIT CAMPUS : Schließlich haben sie die ganze Arbeit alleine gemacht.

Falk : Die Chefs geben ihnen aber nur etwa 40 Prozent. Wir erzeugen also eine Diskrepanz zwischen dem, was der Arbeiter fair finden würde, und dem, was er tatsächlich bekommt. Mittels EKG können wir an seiner Herzfrequenz ablesen, wie gestresst er ist. Je stärker die Bezahlung von dem abweicht, was der Arbeiter als fairen Anteil genannt hat, desto schlimmer sind die Stress-Symptome. Dies ist nicht unwichtig, weil Stress die Hauptursache für Herzerkrankungen in westlichen Ländern ist. Fairness hat also eine unmittelbare physiologische Konsequenz.

(Quelle: Die Zeit/Campus; Zum Weiterlesen: <http://pdf.zeit.de/campus/2009/01/interview-gravitas.pdf>)

Rezensionen

▪ Rezension Frank Dammasch (Hrsg.): Jungen in der Krise. Das schwache Geschlecht?

Krise kommt derzeit besonders gut, „Jungen in der Krise“ seit PISA allemal, auch „das schwache Geschlecht“ passt zu populären Diskussionen um die benachteiligten Jungen. Vom opportunen Titel sollte man sich aber nicht abschrecken lassen. Das, was draufsteht ist so nicht drin, im Gegenteil: Das Buch geht in die Tiefe und es ist eine Freude, in den oft sehr sozialstrukturellen und kurzatmigen Debatten zum Jungesein wieder einmal ausgeprägte psychoanalytisch und psychodynamisch orientierte Beobachtungen und Positionen zu finden. Der Herausgeber Frank Dammasch hat vier Autoren und drei Autorinnen versammelt, um einzutauchen in die Tiefen und Untiefen des Männlichen in Jungen, ein Ausleuchten des Unverstandenen dort, wo sich Jungen ver- oder gestört zeigen: Überwiegend psychoanalytisch, ergänzt und erweitert durch hirneurophysiologische und religiös-muslimische Aspekte. Zusammenfassend verweist Dammasch selbst auf die Folgen eines Vakuums, das aus der Kritik am Männlichen entstand. Das Männliche lässt sich nicht mehr auffinden, und wo es gefunden wird, kann es nicht mehr gemocht (libidinös besetzt) werden. Erstaunlich, wie sich hier die Hauptströmung gesellschaftlicher Geschlechterdiskurse unverstellt in der familiären Beziehungsdynamik abbilden. Der psychoanalytische Haken: Es gibt keine Idee der Lösung der Problematik oder zumindest keine beschriebenen Ansätze. So droht das Absacken zusammen mit den Jungen in ihren männlichen Dramen. Das Buch selbst ist dennoch ein wichtiger Verstehens- und Verständigungswerk zu Jungen, eine Grundlage für alle, die sich um die psychische und soziale Jungengesundheit kümmern. *Frank Dammasch (Hrsg.): Jungen in der Krise. Das schwache Geschlecht? Mit Beiträgen von Mahrokh Charlier, Frank Dammasch, Hans Hopf, Gerald Hüther, Douwe Jongbloed, Kai von Klitzing, Ilka Quindeau, Martin Teising, Gisela Zeller-Steinbrich. Frankfurt (Brandes&Apsel) 2008; 17,90 €; ISBN 978-3-85099-732-1*

▪ Rezension Jutta Jacob, Heino Stöver (Hg.): Männer im Rausch.

Suchtthemen auch auf Geschlechterfragen von Männern zu beziehen liegt zwar nahe, ist aber fachlich gar nicht üblich. Wenn geschlechterbezogen gedacht wird, kommt bisher nur „Frauen“ heraus. Hier positioniert sich das Buch „Männer im Rausch“ neu. Es wird nachgewiesen und fachlich erkennbar, dass das Thema natürlich auch auf der Männerseite auch ein geschlechtliches ist. Offenbar gibt es dabei nicht sehr viel, worauf sich die Autorinnen und Autoren wirklich stützen können. Die Blicke in die Schweiz sind nicht zufällig, dort ist die Zunft schon weiter. So bewegt sich das Buch immer wieder suchend, einkreisend, es sind Annäherungen, die dann abgebildet werden. Bei solchen Suchbewegungen kommt es leider auch zu Ausrutschern, wie etwa das Zitat (S. 131) der unsäglichen sieben maskulinen Imperative aus den 70er Jahren, die nie empirisch belegt, aber stets als reine Wahrheit zitiert werden. Und eigentlich ist das Buch – ganz im moralischen Impetus der Gesundheitsförderung – genau genommen etwas am Titel vorbeigeschrieben: Über „Männer im Rausch“ erfährt man wenig, immer droht die Krankheit, die Sucht. Das ist spannend, denn Rausch bedeutet ja nicht gleich und unbedingt auch Sucht; kann Rausch nicht auch neutral oder gar positiv für den Mann sein (etwa als Antithese gegen ein Übermaß an Vernunft)? Und gibt es nicht Rauschzustände, die praktisch kein Suchtpotenzial haben, wie zum Beispiel die Sexualität? Aber ansonsten ist es keine Frage: Das Buch ist insgesamt anregend, brauchbar und wichtig. Gut, dass es auf dem Markt ist. *Jutta Jacob, Heino Stöver (Hg.): Männer im Rausch. Konstruktionen und Krisen von Männlichkeiten im Kontext von Rausch und Sucht. Bielefeld (transcript) 2009; 22,80 €, ISBN 978-3-89942-933-6*



▪ **Rezension Christoph Klotter: Warum wir es schaffen, nicht gesund zu bleiben**

In dem Buch tauchen ein einziges mal explizit Männer auf (auf S. 134 im Zusammenhang mit Arbeitslosigkeit) – der Geschlechterblick gehört also sicher nicht zu den Stärken des Autors. Dafür geht er erfrischend frech an die Sache ran, kompetent wird Gesundheitsförderung zerlegt und hinterfragt. Das ist immer dann gut, wenn Moral unhinterfragt überhand nimmt – und das ist bei der Gesundheitsförderung der Fall. Vielleicht sind die Erfolge der Gesundheitsförderung ja auch vor allem deshalb so mäßig, weil sie Männer nicht erreichen? Weil Männer viele Krankheitsartenstatistiken anführen und trotzdem nicht auf die Verheißungen der Gesundheitsförderung anspringen, können Kritik und konzeptioneller Ausblick des Buchs wegweisend für die Arbeit mit Männern sein. Echte Partizipation dürfte Männer jedenfalls besser erreichen, als die bisher übliche hierarchische Positionen der Gesundheitsexperten, die wissen, was für den Mann gut ist. Insofern: Gute Impulse auch für die Männergesundheitsförderung – wenn auch nicht explizit so benannt. *Christoph Klotter: Warum wir es schaffen, nicht gesund zu bleiben. Eine Streitschrift zur Gesundheitsförderung. München, Basel (Ernst Reinhardt) 2009; 16,90 €, ISBN 978-3-497-02061-4*

▪ **Rezension Anne Stabrey: Sorge für Dich, so lebst Du länger.**

So ein Buch ist überholt, bevor es jemand liest. Bekanntes, ja abgedroschenes findet sich darin, Männer werden über einen Kamm geschoren, es ist kein Tiefgang erkennbar, einfach, undifferenziert und oberflächlich. Irgendwie hat die Autorin alles Mögliche fleißig zusammengesammelt, zusammengestellt und dann flach drübergeschrieben. Das Ergebnis ist entsprechend, wer soll so was lesen (müssen), wem soll das nützen? So geht's jedenfalls nicht; auf fast jeder Seite finden sich Aussagen, die man so nicht stehen lassen kann, dadurch wirkt alles schlicht, journalistisch und platt. (Nur zwei beliebig ausgewählte Beispiele: „Früher getraute sich ein Mann einiges (...) Heute leiden Männer unter Versagensängsten und gehen seltener Risiken ein“, S. 17; „Erwachsene sind nicht selten geneigt, aus dem kleinen Jungen den siegreichen Helden werden zu lassen“, S. 69). Kurz: Das Buch ist ein überflüssiges Ärgernis – ganz schnell vergessen. *Anne Stabrey: Sorge für Dich, so lebst Du länger. Über Männlichkeit und Männergesundheit. Frankfurt (Brandes&Apsel) 2009. 14,90 €; ISBN 978-3-85099-595-2*

Verantwortlich für den Newsletter und Redaktion: Reinhard Winter, SOWIT