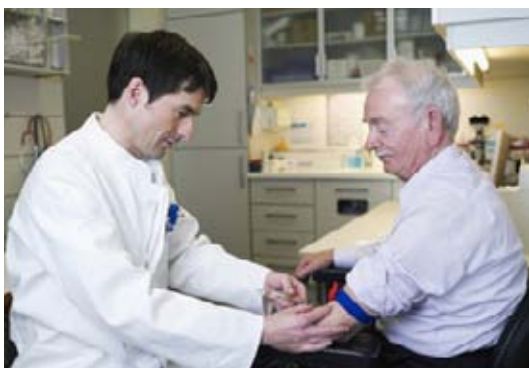


# Männergesundheit: Ein Fall für den Hausarzt

**Die Gesundheit von Männern ist geprägt von der jeweiligen Lebensphase. Was das bedeutet und welche Rolle dabei der Hausarzt einnimmt, erklärt Dr. med. Bernhard Schaller.**



IM INTERVIEW

**Dr. med. Bernhard Schaller**

Hausarztpraxis MuttENZ AG  
Ausmattstrasse 1 · 4132 MuttENZ

T: +41 (0)61 461 28 28

[www.hausarztpraxismuttENZ.ch](http://www.hausarztpraxismuttENZ.ch)

*Sind Männer anders krank als Frauen?*

Männer leben im Schnitt fünf Jahre kürzer als Frauen. Das Risiko für Krebs, tödlichen Herzinfarkt, Unfall und Suizid ist bei Männern im Schnitt deutlich höher. Aber die kürzere Lebenserwartung des Mannes alleine auf die Gene zu reduzieren, greift eindeutig zu kurz. Daher ist Beratung, beispielsweise durch den Hausarzt, nötig.

*Familie, Beruf, Hausarbeit: drei moderne Gefahren für die männliche Gesundheit?*

Jeder dritte Mann leidet unter der dreifachen Belastung. Wahrscheinlich nehmen deshalb psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Burnout-Syndrome heute bei den Männern deutlich mehr zu als bei den Frauen.

*Junge Männer gefährden sich und andere, ältere werden krank – stimmt das?*

Junge Männer erliegen viel häufiger gesundheitsschädigenden Versuchungen wie Alkohol oder Drogen und zeigen häufiger ein risikoreiches Verhalten, etwa beim Autofahren oder Sport. Ab dem 30. Lebensjahr beruhigt sich dies und Männer beklagen eher Muskel- und Skelettkrankheiten wie Rückenschmerzen – häufig durch einseitiges Arbeiten. Ab 50 steigt die Zahl der Herz-Kreislauferkrankungen. Zwischen 45 und 65 sterben dreimal mehr Männer an einem plötzlichen Herztod als Frauen. Auch die Zahl der psychischen Erkrankungen sowie der Suizide kommen in diesem Alter deutlich häufiger vor.

*Was ist Aufgabe des Hausarztes?*

Präventionsinformationen für Männer müssen ganz anders gestaltet sein: Nur mit klaren, schnörkellosen Aussagen sowie praktischen Handlungsempfehlungen kann man sie erreichen. Andererseits entstehen etwa Stresssituationen meist nicht von einem Tag auf den anderen, sondern schleichend über Monate oder Jahre hinweg. Hier sind das Gespräch und die Vertrauensbeziehung zum Hausarzt besonders wichtig. Beide Seiten können Eindrücke oder Veränderungen zwanglos ansprechen und bei Bedarf kann Abhilfe geschaffen werden.