



## Männergesundheit – Think positive!

Die meisten Männer haben ein positives Bild von ihrer Gesundheit: So berichten in der „Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland“ (DEGS1) beispielsweise 77 % aller Männer zwischen 18 und 79 Jahren über eine gute oder sehr gute Gesundheit, bei den Frauen ist dieser Anteil etwas niedriger. Auf der anderen Seite sind Risikofaktoren, wie Übergewicht, Rauchen und Alkoholkonsum, bei Männern weit verbreitet. Frauen schneiden hier oftmals etwas besser ab. Inzwischen gibt es zahlreiche empirische Belege dafür, dass es in vielen Bereichen von Gesundheit und Krankheit geschlechterbezogene Unterschiede gibt. Für einige Aspekte wurden Erklärungsmodelle entwickelt. Die alleinige Beschreibung der Geschlechterunterschiede kann aber nur ein erster Schritt sein. Soll Männergesundheit umfassen dargestellt werden, ist es nötig, neben biologischen auch soziale, kulturelle, politische, ökonomische sowie Umwelt- und Verhaltensfaktoren zu berücksichtigen. Darüber hinaus bieten die vielfältigen Formen von Männlichkeiten und die verschiedenen Lebensphasen unterschiedliche Chancen und Risiken für Gesundheit von Männern: junge Männer in der Phase der beruflichen Orientierung und Ablösung vom Elternhaus, Familienväter, die Karriere wünsche und neue Rollenmodelle vereinen möchten, Männer in beruflichen und privaten Umbrüchen, wie Arbeitslosigkeit und Trennung, ältere Männer, die sich in der nachberuflichen Phase neu orientieren oder Verantwortung in der Pflege Angehöriger übernehmen.

In den letzten Jahren gab es zahlreiche Männergesundheitsberichte, die versucht haben, die spezifischen Besonderheiten von Männern in Bezug auf Gesundheit und Krankheit stärker

zu berücksichtigen. Das vorliegende Schwerpunktheft des Bundesgesundheitsblatts wurde in Anknüpfung an den „Bericht zur gesundheitlichen Lage der Männer in Deutschland“ konzipiert. Der erste bundesweite Männergesundheitsbericht wurde 2014 vom Robert Koch-Institut veröffentlicht. Er gibt auf 220 Seiten einen ausführlichen Überblick über Ergebnisse zum Gesundheitsstatus, zum Gesundheitsverhalten, zur Bedeutung von Erwerbsarbeit und Arbeitslosigkeit für die Gesundheit und zum Zusammenhang zwischen Lebensform und Gesundheit. Des Weiteren werden Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung beschrieben und bewertet sowie Perspektiven für die Männergesundheitsforschung aufgezeigt. Die wichtige Frage, welche Faktoren zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden von Männern beitragen können, konnte im Bericht jedoch nicht ausführlich thematisiert werden.

Vor diesem Hintergrund wurden für das Schwerpunktheft solche Themenbereiche ausgewählt, die auch die Schutzfaktoren für die Gesundheit von Jungen und Männern berücksichtigen. Bei der Gewinnung von Autorinnen und Autoren und bei der Konkretisierung der Beiträge zeigte sich aber, dass es nach wie vor schwierig ist, von den Defiziten und Problemen hin zu den Ressourcen zu denken, zu forschen und zu schreiben.

Was erwartet Sie also im vorliegenden Heft? In einem Mix aus theoretischen und empirischen Beiträgen aus Wissenschaft und Praxis wird die Leserschaft mit verschiedenen Aspekten zum Thema Jungen- und Männergesundheit vertraut gemacht. Ausgewählt wurden u. a. Berufstätigkeit als Ressource, Identitätsbildung für Jungen im Sport, aber auch das

Essverhalten. Die Autorinnen und Autoren dieser Beiträge haben versucht die Frage zu beantworten, welche Faktoren zur Gesunderhaltung bzw. zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden von Jungen und Männern beitragen können, und daraus resultierend konkrete Empfehlungen und Perspektiven für die Umsetzung in der Praxis gegeben.

Der erste Beitrag stimmt auf das Thema *Geschlecht und Gesundheit* ein. M. Dinges wirft dazu einen Blick auf den historischen Wandel von Geschlechterleitbildern und ihre Bedeutung für das geschlechtsspezifische Gesundheitsverhalten. Er widmet sich dabei auch der Frage, inwieweit die These gilt, dass das Verhalten von Frauen durchgehend stärker auf Gesundheit ausgerichtet sei.

Der sich daran anschließende Themenblock widmet sich der *Berufstätigkeit* als Ressource für die Gesundheit von Männern. Die bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf und eine ausgewogene Work-Life-Balance sind für Männer und Frauen wichtig. Im Beitrag von L.E. Kroll et al. wird daher die Bedeutung von Erwerbsbeteiligung sowie der Länge der Arbeitszeit für die Gesundheit von Männern vor dem Hintergrund von Partner- und Elternschaft untersucht. T. Grobe untersucht auf der Basis von Routinedaten einer Krankenkasse die gesundheitlichen Aspekte von Teilzeittätigkeit bei Männern.

Im nächsten Themenblock sollen die *Verhaltensaspekte* Ernährung, sportliche Aktivität und Selbstoptimierung im Hinblick auf ihre gesundheitliche Wirkung bei Jungen und Männern untersucht werden. Im Beitrag von M. Büning-Fesel und J. Rückert-John wird der Frage nachgegangen, wie das geschlechtsspezifische Ernährungsverhalten von Männern er-

klärt werden kann und welche Einflussfaktoren sich dabei für ihre Ernährungsweise ausmachen lassen. Anhand dieser Ergebnisse werden Empfehlungen für die Gesundheitsbildung und -beratung abgeleitet. C. Blomberg und N. Neuber untersuchen die Einflussmöglichkeiten von Sport auf die Entwicklung männlicher Identität und zeigen Ansatzpunkte zur Gesundheitsförderung von Jungen und jungen Männern in diesem Bereich auf. S. Selke analysiert in seinem Artikel die Trends der digitalen Selbst- und Fremdvermessung, die zunehmend auch im Gesundheitsbereich stattfinden, und geht auf deren Risiken ein.

Als *versorgungsrelevantes* Thema wird auf Trends in der Arzneimittelversorgung von Männern eingegangen. G. Glaeske gibt dafür einen Überblick über Arzneiverordnungen und Arzneimittelmengen, die Männer erhalten. Neben den rezeptpflichtigen Arzneimitteln wird der Trend auch für solche Arzneimittel beschrieben, die von Männern ohne Rezept gekauft werden können.

Im abschließenden Beitrag aus *Forschung und Praxis* werfen A. Starker et al. einen reflektierenden Blick auf den Männergesundheitsbericht des Robert Koch-Instituts und skizzieren als Fazit Herausforderungen für eine geschlechtersensible Gesundheitsberichterstattung.

Wir hoffen, dass Sie dieses Schwerpunktthema dazu anregt, sich (weiter) mit dem Thema Jungen- und Männergesundheit zu beschäftigen und dabei den Blick stärker auf die Ressourcen von Gesundheit zu lenken.

Ihre



Anne Starker



Anke-Christine Saß

## Korrespondenzadresse



### A. Starker

Abteilung für Epidemiologie und Gesundheitsmonitoring, Robert Koch-Institut  
General-Pape-Straße 62–66,  
Berlin, Deutschland  
StarkerA@rki.de



### Dr. A.-C. Saß

Abteilung für Epidemiologie und Gesundheitsmonitoring, Robert Koch-Institut  
General-Pape-Straße 62–66,  
Berlin, Deutschland  
SassA@rki.de

**Interessenkonflikt.** A. Starker und A.-C. Saß bestätigen, dass kein Interessenkonflikt besteht.