

"Männergesundheit"



Liebe Leserinnen und Leser,

wir freuen uns, Ihnen eine neue Ausgabe des BZgA-Newsletters MÄNNERGESUNDHEIT zu senden.

Informieren Sie sich über Aktuelles rund ums Thema, zu Daten, Tagungen, neuen Projekten und Publikationen.

Teilen Sie uns Ihre Anregungen, Hinweise und Termine aus Ihrem Arbeitsbereich oder Ihrer Institution mit. Senden Sie uns dafür einfach eine E-Mail an maennergesundheit@bzga.de.

Sie konnten bereits vom Männergesundheitsportal profitieren? Dann empfehlen Sie das Portal weiter. Interessierte können sich per Email oder unter folgendem Link anmelden: www.maennergesundheitsportal.de/?id=newsletter. Alle Ausgaben des BZgA-Newsletters MÄNNERGESUNDHEIT finden Sie hier auch zum Download.

Mit freundlichen Grüßen
die Redaktion

Inhalt

- [In eigener Sache](#)
- [Ernährung & Gesundheit](#)
- [Geschlechterrolle & Gesundheit](#)
- [Gewaltprävention](#)
- [Krebserkrankungen](#)
- [Seelische Gesundheit](#)
- [Urologie & Andrologie](#)
- [Vaterrolle & Gesundheit](#)
- [Termine](#)

In eigener Sache



2. Männergesundheitskongress am 28.03.2014

2013 fand in Berlin der 1. BZgA-Kongress zur Männergesundheit statt. Der Erfolg des Kongresses und das große Interesse am Thema Männergesundheit sind der Anlass, auch 2014 einen Männergesundheitskongress zu veranstalten. Am 28.03.2014 sind alle Interessierten eingeladen, auf dem 2. Männergesundheitskongress zu Fragen rund um Männer und Gesundheit zu diskutieren. Der Kongress greift Fragen auf, die Männer bewegen. Wo bekomme ich die Unterstützung, die ich brauche? Diagnose Krebs - was nun? Liefern medizinische Apps die (richtigen) Antworten für Männer?

Die Rückmeldungen und Fragen zum Männergesundheitsportal haben die Schwerpunkte des Kongresses maßgeblich beeinflusst. Das Kongressprogramm bietet spannende Vorträge, lebhaft Podiumsdiskussionen und Fachforen. Das vollständige Programm zum 2. Männergesundheitskongress finden sie [hier](#).

Melden Sie sich jetzt ganz einfach [hier](#) an. Denn man(n) kann nie genug wissen!

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!



Männergesundheitsportal goes mobile

Sie gehören schon fest zum Alltag: Smartphones und Tablets. Für die meisten Männer ist der Griff zu den technischen Alleskönnern schon zur Routine geworden. Auch das Männergesundheitsportal der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung präsentiert sich zeitgemäß. Denn ab sofort können interessierte Männer und Frauen das Männergesundheitsportal in einem userfreundlichen Design nutzen, das auf das jeweilige mobile Endgerät zugeschnitten ist. Das Portal passt sich automatisch an unterschiedliche Bildschirmauflösungen und Endgeräte an.

Besuchen Sie doch einmal mit Ihrem Smartphone oder Tablet das [Männergesundheitsportal](#) und lassen sich von dem Auftritt überraschen.

Ernährung & Gesundheit



Männer essen anders

Männer essen mit 1092g pro Woche doppelt so viel Fleisch, Fleischerzeugnisse und Wurstwaren wie Frauen. Damit überschreiten Männer den von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) zugrunde gelegten Orientierungswert von 300 bis 600g pro Woche um das Zweifache. Frauen liegen mit knapp 600g Fleisch, Fleischerzeugnissen und Wurstwaren pro Woche an der oberen Grenze. Neben dem unterschiedlich hohen Fleischverzehr werden insbesondere bei Getränken geschlechtsspezifische Unterschiede im Ernährungsverhalten deutlich: Männer trinken etwa doppelt so viel Limonade und mehr als sechsmal so viel Bier wie Frauen. Auffällig ist der hohe Spirituosenkonsum von jungen Männern zwischen 19 und 24 Jahren.

© Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.

Weitere Informationen [hier](#).

Geschlechterrolle & Gesundheit



Jungen und Männer im Spagat: Zwischen Rollenbildern und Alltagspraxis

Geschlechtergerechtigkeit ist eine gesellschaftliche Vision und gleichstellungspolitische Aufgabe, die zunehmend systematisch die Lebenswirklichkeiten von Männern und Jungen in den Blick nimmt. Die vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend veröffentlichte Untersuchung befasst sich mit Rollenbildern und Alltagspraxis von Jungen und Männern - differenziert, ganzheitlich und in Lebenslauf- und Milieuperspektive.

© Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Weitere Informationen [hier](#).



Frauen sind anders krank - Männer auch

Männer haben häufiger Herzinfarkte, Frauen hingegen Depressionen, Männer sind wehleidiger, Frauen sensibler. Es kursieren viele Klischees, wenn es ums Kranksein geht. Die Gendermedizin deckt die tatsächlichen Unterschiede auf. SR-online hat darüber mit der Medizinerin Vera Regitz-Zagrosek gesprochen.

© Saarländischer Rundfunk

Weitere Informationen [hier](#).



So sehen sich Väter 2014

Ernährer und perfekter Vater zugleich - so sehen sich Familienväter in Deutschland am liebsten. Doch die Wirklichkeit sieht oft anders aus, wie eine aktuelle forsa-Umfrage im Auftrag der Zeitschrift "Eltern" zeigt. Danach bleibt die Mehrheit der Väter dem traditionellen Männerbild treu, wenn es um das Geldverdienen geht. Trotzdem engagieren sie sich bis zu einem gewissen Punkt mehrheitlich bei der Kinderbetreuung. "Die Ergebnisse der Studie offenbaren eine große Widersprüchlichkeit", sagte die Chefredakteurin von "Eltern", Marie-Luise Lewicki, bei der Präsentation.

© Westdeutscher Rundfunk Köln

Weitere Informationen [hier](#).

Gewaltprävention



Aarauer Schutzhaus für gewaltbetroffene Männer erhält Heimbewilligung des Kantons Aargau

Der „Zwüschehalt“, das erste Schutzhaus für gewaltbetroffene Männer in der Schweiz, bekommt eine eigene Trägerschaft. Das „Väterhaus“ in der Nähe von Aarau hat zudem vom Kanton eine Heimbewilligung erhalten und kann nun mehr Schutzbedürftige aufnehmen. In den ersten drei Jahren seit der Eröffnung im Dezember 2009 haben im „Zwüschehalt“ insgesamt 64 Männer und Kinder Schutz vor gewalttätigen Frauen, Partnerinnen beziehungsweise Müttern gesucht.

© Schweizer Radio und Fernsehen

Weitere Informationen [hier](#).



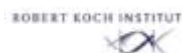
Erster Männernotruf in Österreich

„Gut beraten statt außer Kontrolle geraten“. Unter der österreichischen Telefonnummer 0800 246 247 können sich männliche Jugendliche und Männer in Konflikten, Krisen und Gewaltsituationen anonym und kostenlos beraten lassen. Seit einigen Wochen bietet der Männernotruf Steiermark seine Beratung im 24-Stunden Dienst an. Im Fokus steht die Beziehungsgewalt, also die häusliche Gewalt gegen Frauen und Kinder. Damit haben Männer die Möglichkeit sich Hilfe zu holen, lange bevor es zur gewalttätigen Eskalation kommt. Im Bedarfsfall kann der Männernotruf eine Verbindung zu den therapeutischen, sozialen und anderen öffentlichen Einrichtungen herstellen.

© maennerundgesundheits.at

Weitere Informationen [hier](#).

Krebserkrankungen



Neue Daten zu Krebs in Deutschland

Im Jahr 2010 sind in Deutschland 252.400 Männer und 224.900 Frauen an Krebs erkrankt, das hat eine aktuelle Schätzung des Zentrums für Krebsregisterdaten im Robert Koch-Institut (RKI) gezeigt. Am häufigsten sind bei Männern Prostatakrebs (65.830) und Lungenkrebs (35.040), Frauen sind am häufigsten von Tumoren der Brustdrüse (70.340) und des Darms (28.630) betroffen. Diese und viele weitere Ergebnisse enthält die 9. Ausgabe von „Krebs in Deutschland“. Die Broschüre wird gemeinsam vom RKI und der Gesellschaft der epidemiologischen Krebsregister in Deutschland (GEKID) publiziert und erscheint alle zwei Jahre.

© Robert Koch-Institut

Weitere Informationen [hier](#).

Neue Biomarker sollen künftig die Diagnostik von Volkskrankheiten, wie beispielsweise Prostatakrebs verbessern. Ihre Aufgabe: Sie sollen den Tumor früher erkennen, präziser klassifizieren und unnötige Operationen vermeiden helfen. Biomarker sind biologische Merkmale, die gemessen werden können wie etwa Stoffwechselprodukte, bestimmte Proteine oder Nukleinsäuren.

Solche Biomarker wollen Forscherinnen und Forscher der Fraunhofer-Gesellschaft und weiterer Kooperationspartner nun im Projekt RIBOLUTION, kurz für »Integrierte Plattform für die Identifizierung und Validierung innovativer RNA-basierter Biomarker für die Personalisierte Medizin«, finden. Es wird von der Fraunhofer-Zukunftsstiftung gefördert.

© *Fraunhofer-Institut*

Weitere Informationen [hier](#).

Seelische Gesundheit

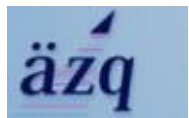


Fast jeder 50. Todesfall eines Mannes im Jahr 2012 war ein Suizid

Nach den vom Statistischen Bundesamt/Gesundheitsberichterstattung des Bundes am 12. Dezember 2013 publizierten Zahlen ist fast jeder 50. Todesfall eines Mannes ein Suizid. Insgesamt waren 1,1% aller Todesfälle im Jahre 2012 Suizide (1,8% Männer und 0,6% Frauen). In Deutschland starben im Jahr 2012 deutlich mehr Menschen durch Suizid als durch Verkehrsunfälle, Mord und Totschlag, illegale Drogen und Aids zusammen.

© *Nationales Suizidpräventionsprogramm für Deutschland*

Weitere Informationen [hier](#).



Kurzinformationen für Patienten zur Depression in sechs Sprachen erschienen

Phasen der Trauer und Niedergeschlagenheit kennt jeder. Wann daraus die Krankheit "Depression" wird, ist nicht immer leicht zu erkennen. Und eine Depression wirft auch Fragen bei nahen Angehörigen auf.

Das Ärztliche Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ) hat im Auftrag der Kassenärztlichen Bundesvereinigung (KBV) und der Bundesärztekammer (BÄK) die verlässlichen und gut verständlichen Patienteninformationen zum Thema Depression in sechs Sprachen (Arabisch, Englisch, Französisch, Russisch, Spanisch und Türkisch) übersetzen lassen. Grundlage der Texte bildet die PatientenLeitlinie "Depression" des Programms für Nationale Versorgungs-Leitlinien (NVL).

© *Ärztliche Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)*

Weitere Informationen [hier](#).



Männer erleben Symptome einer Depression anders als Frauen

Üblicherweise werden Depressionen bei doppelt so vielen Frauen wie Männern diagnostiziert. Doch Männer erleben Symptome einer Depression häufig anders als Frauen. In einer US-amerikanischen Befragung zur psychischen Gesundheit berichteten Männer häufiger von Reizbarkeit, Ärgerattacken, Suchtmittelgebrauch und gesteigerter Risikobereitschaft. Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Universität Michigan haben die Ergebnisse von 5.700 Teilnehmenden ausgewertet. Sie gingen dabei der Frage nach, ob sich die unterschiedliche Häufigkeit von Depressionen ändert, wenn bei der Diagnose zusätzliche Symptome, wie sie bei Männern häufiger gefunden wurden.

© *Jama Psychiatry*

Mehr Informationen [hier](#).



Ruhr-Universität Bochum ermittelt persönliches Burnout-Risiko

Viele der heute gängigen Verfahren legen ihren Fokus auf die Diagnose von Burnout und fungieren weniger als Frühwarninstrument. Diese Lücke soll durch den Bochumer Burnout-Indikator (BBI) geschlossen werden. Der BBI ist ein Fragebogen, der wichtige Aspekte bei der Entstehung von Burnout systematisch und auf wissenschaftlich fundierter Basis erfasst. Das Verfahren wurde vom Projektteam Testentwicklung der Ruhr-Universität Bochum entwickelt.

Voraussichtlich noch bis 15.02.2014 wird eine kostenfreie Teilnahme an dem Verfahren angeboten. Innerhalb einer Woche erfolgt eine Rückmeldung per E-Mail zum persönlichen Burnout-Risiko. Eine anonyme Teilnahme ist möglich.

© Ruhr-Universität Bochum

Weitere Informationen [hier](#).

Sexuelle Gesundheit



sicher sein - Kondome + Pannen

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) hat in Kooperation mit pro familia und der Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände (ABDA) einen Flyer zum Thema Kondome und Pannen entwickelt. Der Flyer informiert über die korrekte Anwendung von Kondomen und enthält Tipps bei eventuellen Anwendungsproblemen.

© Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Weitere Informationen [hier](#).

Urologie & Andrologie



Inkontinenz bei Männern

Trotz günstigerer Anatomie sind Männer ebenso wie Frauen mit zunehmendem Alter mit unfreiwilligen Harnverlusten konfrontiert. Meistens liegt die Ursache in der Prostata und kann gut behandelt werden. In der Sendung „Puls“ wurden typische Ursachen der Inkontinenz bei Männern behandelt und über Behandlungsstrategien informiert. Im Anschluss an die Sendung wurden individuelle Zuschauerfragen in einem Expertenchat beantwortet. Die Sendung und der Chat sind online verfügbar.

© Schweizer Radio und Fernsehen

Weitere Informationen [hier](#).



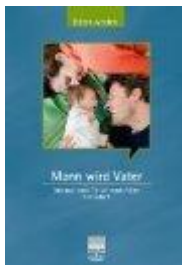
Gutartige Prostatavergrößerung

Häufiger Harndrang, nächtliche Gänge zur Toilette und das Gefühl, dass die [Blase](#) nie ganz leer wird: Das sind typische Beschwerden bei einer gutartig vergrößerten Prostata. Jeder fünfte Mann im Alter von 50 bis 60 Jahren hat damit zu tun. Bei älteren Männern treten solche Symptome noch häufiger auf.

© Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Weitere Informationen [hier](#).

Vaterrolle & Gesundheit



Mann wird Vater - Informationen für werdende Väter zur Geburt

Die aktuelle Broschüre der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) informiert werdende Väter über die Dinge, die vor, während und nach der Geburt Ihres Kindes wichtig sind - damit sie sich darauf vorbereiten und mit Zuversicht dem Moment Ihres Vaterwerdens entgegensehen können.

© Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Weitere Informationen [hier](#).



Väter beziehen immer häufiger, aber auch immer kürzer Elterngeld

Der Trend, dass immer mehr Väter Elterngeld in Anspruch nehmen, ist ungebrochen. Wie das Statistische Bundesamt (Destatis) mitteilt, haben Väter von rund 48.000 der insgesamt 165.000 im zweiten Vierteljahr 2012 geborenen Kinder Elterngeld bezogen. Dies entspricht einer Väterbeteiligung von 29,3%. Für im zweiten Vierteljahr 2009 geborene Kinder lag die Väterbeteiligung noch fast sechs Prozentpunkte niedriger, nämlich im Bundesdurchschnitt bei 23,4 %. Anders als bei der Väterbeteiligung ergibt sich bei der durchschnittlichen Bezugsdauer des Elterngeldes von Vätern eine rückläufige Entwicklung. Für im zweiten Vierteljahr 2009 geborene Kinder entschieden sich 75,0% der männlichen Elterngeldbezieher für die Mindestbezugsdauer von zwei Monaten. Dieser Anteil ist inzwischen auf 78,3 % angestiegen.

© Statistisches Bundesamt

Weitere Informationen [hier](#).

Termine

19.- 20. Februar 2014

Die Väterdiskussion - Ansätze für ein neues Verständnis

Veranstalter
Bündnis für Familie
der Stadt Nürnberg

Veranstaltungsort
Nürnberg

Das 13. Offene Forum des Bündnisses für Familie der Stadt Nürnberg befasst sich mit Herausforderungen in der Vereinbarkeit von Familie und Beruf aus Perspektive von Vätern. Neben praktischen Ansätzen der Väterarbeit auf kommunaler Ebene sollen Themen wie Familienrechtsfragen, Begegnungsmöglichkeiten für Väter sowie die Rollen von Großvätern für ihre Enkel erörtert werden.

Weitere Informationen [hier](#).

24. Februar 2014

Einfach Mann! Einfach Mann?

Veranstalter
Bundesvereinigung
Prävention und
Gesundheitsförderung e.V.
Regionalverband
Saarbrücken

Veranstaltungsort
Saarbrücken

Der Männergesundheitstag im Saarbrücker Schloss will Männer ermuntern, sich mit den Themen Männergesundheit, Männerleben und Mann-Sein auseinander zu setzen. Der Männergesundheitstag beschäftigt sich nicht nur mit den medizinischen, sondern mit allen Aspekten männlichen Lebens. Das Programm, eine Mischung aus Information, Check-ups, Wellness und kulturellen Highlights, will Männern Lust machen auf gesundes Mann-Sein und Anstöße geben, wie sich Liebe, Beruf und Familie miteinander vereinbaren lassen.

Weitere Informationen [hier](#).

13.-14. März 2014

Veranstalter
Female Resources
in Healthcare

Veranstaltungsort
Berlin

2. Bundeskongress GenderGesundheit

Der 2. Bundeskongress GenderGesundheit möchte sich verstärkt dem Genderaspekt in und der Kooperation zwischen den medizinischen und nicht-medizinischen Gesundheitsberufen widmen. Ein weiterer Fokus wird auf der Diagnose psychischer Erkrankungen liegen. Beim Krankheitsbild der Depression sind Männer deutlich unterversorgt. Der Bundeskongress GenderGesundheit versteht sich als Plattform für den interdisziplinären Austausch der Akteurinnen und Akteure im deutschen Gesundheitssystem, die die Herausforderungen und Potenziale geschlechtsspezifischer Gesundheitsversorgung in den Fokus nehmen.

Weitere Informationen [hier](#).

28. März 2014

Veranstalter
Bundeszentrale für
gesundheitliche
Aufklärung
Bundesministerium
für Gesundheit

Veranstaltungsort
Berlin

Man(n) informiert sich - Fragen und Antworten zur Männergesundheit. 2. Männergesundheitskongress

Unter dem Titel "Man(n) informiert sich - Fragen und Antworten zur Männergesundheit" wird am 28.03.2014 in Berlin der 2. Männergesundheitskongress der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung und des Bundesministeriums für Gesundheit stattfinden. Für die meisten Männer ist Gesundheit im Alltag kaum ein Thema, solange sie sich gesund fühlen und keine Beschwerden verspüren. Doch was ist, wenn man(n) erkrankt? Welche Herausforderungen ergeben sich, wenn der „Mann in den besten Jahren“ krank wird? Kennt der Indianer doch Schmerz? Fragen und Antworten zu männerspezifischen Gesundheitsthemen stehen im Fokus des Kongresses.

Weitere Informationen [hier](#).

29. März 2014

Veranstalter
Deutsche Gesellschaft
für Mann und
Gesundheit e.V.

Veranstaltungsort
Bad Homburg

Gesunde Männer am Arbeitsplatz

Der Jahreskongress 2014 der Deutschen Gesellschaft für Mann und Gesundheit befasst sich mit den Zusammenhängen von Arbeitsmedizin und Männergesundheit. Themen sind unter anderem Arbeitsunfähigkeitsgründe von Männern, präventive betriebliche Maßnahmen sowie die berufliche Wiedereingliederung.

Weitere Informationen [hier](#).

26. April 2014

Veranstalter
männer.ch

Veranstaltungsort
Bern/Olten

Mitgliederversammlung des Verbands männer.ch

männer.ch wurde am 28. Juni 2005 in Bern als Dachverband der Schweizer Männer- und Väterorganisationen gegründet. Ihm gehören rund 25 Kollektivmitglieder - regionale Männer- und Väterinitiativen, Fachstellen und -vereinigungen aus der schulischen Jungenarbeit, der Männer- und Väterarbeit, der Männergesundheit, der Gewaltberatung sowie gewinnstrebende Unternehmen - an. Die Organisationen vertreten ihrerseits rund 3.000 emanzipatorische Männer und Frauen. Die Mitgliederversammlung, zu der neben den Verbandsmitgliedern auch alle weiteren interessierten Personen eingeladen sind, wird am 26. April 2014 in Bern/Olten stattfinden.

Weitere Informationen [hier](#).

9. Mai 2014

Veranstalter
Verein für Männer-
und Geschlechter-
themen Steiermark

Veranstaltungsort
Graz

Männergesundheit: Mythen, Realitäten und praktische Ansätze

In diesem Modul der Veranstaltungsreihe „Zur Rolle von Männern im Gleichstellungsprozess“ werden Konzepte und Maßnahmen diskutiert, mithilfe derer männliche Zielgruppen zu gesundheitlich relevanten Themenbereichen erreicht und aktiviert werden können. Darüber hinaus werden Faktoren der Partizipation erläutert, wobei der Fokus auf vernetztem Denken von Frauen- und Männergesundheit liegt.

Weitere Informationen [hier](#).

4. - 5. Juni 2014

Veranstalter
Erzbistum Köln
Referat Alten-,
Frauen-, und
Männerpastoral

Veranstaltungsort
Bad Honnef

Seniorenarbeit ist weiblich - wo bleiben die Männer?

In vielen Pfarrgemeinden ist die Seniorenarbeit weiblich, d. h. sowohl die Besucherinnen und Besucher als auch die ehrenamtlich Mitarbeitenden sind meistens Frauen. Männer sind eher die Ausnahme. Im Rahmen der Veranstaltung wird der Frage nachgegangen, worin die Gründe dafür zu suchen sind und wie die Angebote der Seniorenarbeit gestaltet werden können, damit Frauen und Männer sich angesprochen fühlen.

Weitere Informationen [hier](#).

5. Juni 2014

Veranstalter
Bundeszentrale für
gesundheitliche
Aufklärung

Veranstaltungsort
Berlin

Save the Date: BZgA-Bundeskonferenz 2014 GESUND & AKTIV ÄLTER WERDEN

Ausführliche Informationen sowie Anmeldeöglichkeiten zur 3. Bundeskonferenz 2014 finden Sie demnächst unter www.gesund-aktiv-aelter-werden.de.

Impressum

Redaktion: Thomas Altgeld/Martin Schumacher, LVG & AFS
Koordination & Layout: koordinierbar - raum für projekte
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
Ostmerheimer Str. 220 - 51109 Köln
Dr. Monika Köster - E-Mail: maennergeseundheit@bzga.de
Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit.

