

## **Männergesundheit, ein Modethema?**

Die durchschnittliche Lebenserwartung eines Mannes in der Schweiz liegt bei 77 Jahren, bei Frauen bei 83 Jahren. Eine Erklärung für dieses Phänomen ist, dass Männer im Vergleich zu Frauen medizinisch schlechter versorgt sind. Während praktisch jede in der Schweiz aufgewachsene Frau regelmässig ihre Frauenärztin aufsucht und somit Vorsorgeuntersuchungen erhält, gehen Männer frühestens beim Auftreten von Beschwerden zu ihrem Hausarzt. Ich möchte sie also auf eine kurze Zeitreise durch das Leben eines Knaben/Mannes mitnehmen und die wichtige Vorsorge so beleuchten.

Als Säugling ist darauf zu achten, dass sich die Hoden im Hodensack befinden (und nicht mehr in der Leistenregion oder gar im Bauchraum). Wenn die Behandlung nicht bis zum Abschluss des ersten Lebensjahres stattfindet, droht Unfruchtbarkeit oder gar Hodenkrebs. Eine Verengung der Vorhaut sollte ab dem zweiten Lebensjahr behandelt werden, ansonsten können Entzündungen oder Probleme beim Wasserlassen auftreten. Beim älteren Knaben und Jugendlichen ist auf eine gute Aufklärung bezüglich Intimhygiene und – dem Alter angepasst - über die Sexualität inklusive Verhütung von sexuell übertragenen Erkrankungen zu achten. Der Jugendliche sollte in der Hodenselbstuntersuchung instruiert werden. Der Hodenkrebs ist nämlich eine Erkrankung, welche beim jungen Mann (zwischen 20 und 35 Jahren) auftritt und im Frühstadium gut heilbar ist. Ältere Erwachsene sollten schliesslich auf Probleme beim Wasserlösen achten. Diese sind meist Zeichen einer gutartigen Prostatavergrösserung, die oftmals sehr lästigen Symptome können im Frühstadium gut mit Medikamenten behandelt werden. Ab dem 50. Lebensjahr schliesslich soll mit der Vorsorgeuntersuchung hinsichtlich Prostatakrebs begonnen werden, der häufigsten Krebserkrankung des Mannes bei uns. Im Frühstadium entdeckt, ist diese Erkrankung wegen der Vielzahl von Behandlungsmöglichkeiten meist heilbar. Die Vorsorge besteht aus einer Bestimmung des Prostatablutwertes (PSA) und einer Abtastung der Prostata via Mastdarm. In der zweiten Lebenshälfte werden auch viele Männer von Erektionsschwierigkeiten befallen. Es kann heute in vielen Fällen mit verschiedenen Medikamenten geholfen werden. Die mangelnde Gliedsteife kann aber auch ein Frühzeichen für andere Erkrankungen sein (z.B. Bluthochdruck, Zuckerkrankheit oder mangelnde Durchblutung des Herzens), weshalb man ohne falsche Scham seine Hausärztin auf dieses Problem ansprechen soll.

Dr.med.G.Tenti, Chefarzt Urologische Klinik, Kantonsspital Münsterlingen, 22.4.2008