

## Männergesundheit

# Von Fitness bis Prostatakrebs - Medizin für das starke Geschlecht

*Gute Resonanz auf den ersten schleswig-holsteinischen Männergesundheitstag. Initiatoren stellen eine zweite Auflage in Aussicht.*

Wie lauten die Zehn Gebote der Männergesundheit? Wie komme ich an einen Termin bei einem auf Männerthemen spezialisierten Therapeuten? Welche Aussagen trifft der erste deutsche Männergesundheitsbericht? Antworten auf diese und viele weitere Fragen rund um die Gesundheit von Männern lieferte der erste schleswig-holsteinische Männergesundheitstag im Kieler Haus des Sports, zu dem am 19. Januar über 100 Männer und Frauen gekommen waren. Damit widerlegten sie das Vorurteil, Männer kümmern sich nicht um ihre Gesundheit. Allerdings spielte auch eine Rolle, warum sie gegenüber den Frauen in dieser Hinsicht noch viel Nachholbedarf haben. Rund 15 Prozent der Besucher, so schätzten die Initiatoren Dr. Axel Nelke und Johannes Vennen, waren Frauen.

„Die Teilnehmer waren sehr interessiert. Wer gekommen ist, ist in der Regel den ganzen Tag geblieben“, zog Allgemeinmediziner Nelke ein positives Fazit. Der Bordesholmer Hausarzt versucht wie berichtet Männer in seiner Sprechstunde gezielt anzusprechen. Zusammen mit Diplom-Psychologe Johannes Vennen, der in Kiel Sprechstundenzeiten für Männer freihält, hatte er deshalb den Männergesundheitstag initiiert. Das größte Interesse zeigten die Teilnehmer an den Ausführungen des Kieler Sportwissenschaftlers Prof. Burkhard Weisser, der über Fitness, Training und Männergesundheit berichtete. Weitere Programmpunkte an diesem Tag waren „Prostatakrebs – die häufigste Krebserkrankung des Mannes“, Strategien der Selbstveränderung und der „Fahrplan zur Gesundheit“. Am Nachmittag verteilten sich die Gäste dann auf verschiedene Workshops zu den Themen Pflege, Sucht und Ernährung.

Die Resonanz und die zahlreichen Fragen in den Workshops zeigten, dass die Initiatoren mit ihren Themen richtig lagen. Die Altersspanne reichte von Mitte 20 bis ins Rentenalter. Die meisten Besucher waren zwischen 40 und 60 Jahre alt. Während der



**Dr. Axel Nelke**

(Foto: di)

Workshops und Vorträge wurde auch deutlich, dass Männer anders als Frauen angesprochen werden müssen. „Männer schätzen technische Hilfsmittel“, sagte Vennen. Dies spielte auch in den Sprechstunden eine Rolle, während Frauen eher das direkte, ausschließlich Gespräch vis-à-vis bevorzugten.

Nelke und Vennen hatten kein Problem damit, den Patienten konkrete Tipps für die Gesundheit mitzugeben. Angst, dass deshalb weniger Patienten in die Praxis kommen, haben beide nicht. Rund 30 Patienten, schätzt Nelke, waren aus seiner Bordesholmer Praxis als Interessierte nach Kiel gekommen. Für eine abschließende Bewertung war es den beiden Initiatoren direkt im Anschluss an die Veranstaltung noch zu früh. Fest stand nur, dass beide zufrieden waren. Und Vennen stellte bereits in Aussicht, dass es auch einen zweiten schleswig-holsteinischen Männergesundheitstag geben wird. Ob dies im kommenden Jahr oder später sein wird, ist derzeit noch offen. *Dirk Schnack*