



Gemeinsame Pressemitteilung

Berlin, 15. Februar 2012

„Männer in Bewegung!“ – Neue Broschüre und neues Portal zur Männergesundheit

Männer haben heute bei Geburt eine durchschnittliche Lebenserwartung von 77,5 Jahren, das sind gut 5 Jahre weniger als Frauen. Dieser Unterschied ist auch durch ihr Verhalten bedingt: Männer gehen beruflich wie privat größere Risiken ein als Frauen, suchen mit Krankheitssymptomen oft zu spät einen Arzt auf und nehmen Angebote der primären Prävention und Krebsfrüherkennungsuntersuchungen seltener in Anspruch als Frauen. Männer bewegen sich auch zu wenig. Laut einer Umfrage des Robert Koch-Instituts folgen nur knapp ein Viertel (23 %) der Männer in Deutschland der Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und sind fünfmal in der Woche 30 Minuten sportlich aktiv. Zur Förderung der Gesundheit bei Männern stellt das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) die **Broschüre „Männer in Bewegung! Auswirkungen von körperlicher Aktivität auf die psychische Gesundheit bei Männern“** und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) das Informationsportal www.maennergesundheit.de vor.

Anlässlich der gemeinsamen Pressekonferenz in Berlin erklärt Staatssekretär **Thomas Ilka**: „Sport und Bewegung sind wichtige Bestandteile einer gesunden Lebensweise. Sie bringen zudem Spaß und heben die Stimmung. Mit der heute vorgestellten Broschüre zeigen wir übersichtlich und ansprechend die Bedeutung der körperlichen Bewegung für die psychische Gesundheit von Männern und die vielfältigen Möglichkeiten für Bewegung und Sport. Ich hoffe, dass möglichst viele Männer einen

Blick in diese Broschüre werfen und angeregt werden, dauerhaft etwas für ihre Gesundheit zu tun.“

Prof. Dr. Ingo Froböse von der Deutschen Sporthochschule Köln, der im Auftrag des BMG die Broschüre verfasst hat, erklärt: „Wir wollen mit der Broschüre einen Einblick in die Vielfalt von Sport und Bewegung geben. Männer sind beim Sport häufig in erster Linie leistungs- und wettkampforientiert, daher wollen wir den Blick vor allem auf Bewegungsmöglichkeiten im Alltag und erlebnisorientierte Sportarten lenken. Die häufige Annahme: 'viel hilft viel' ist falsch. Richtig ist: 'Regelmäßig hilft viel' – und zur Regelmäßigkeit gehören Spaß und Freude dazu. In diesem Sinne hoffe ich, dass möglichst viele Männer durch die Broschüre 'in Bewegung kommen'.“

Prof. Dr. Elisabeth Pott, Direktorin der BZgA: „Im Vergleich zu Frauen trinken Männer im Durchschnitt mehr Alkohol, rauchen mehr Zigaretten und ernähren sich ungesünder. Hier besteht ein großes Potential, die Lebenserwartung von Männern zu verbessern. Deshalb haben wir ein Gesundheitsportal für Männer ab 35 Jahren entwickelt, in dem sie seriöse und fachlich neutrale Informationen zu gesunden Verhaltensweisen wie Bewegung, Stressbewältigung oder Alkoholkonsum, zu einzelnen Erkrankungen und zu Möglichkeiten der Prävention erhalten.“

Das Robert Koch-Institut erarbeitet derzeit einen „Bericht zur gesundheitlichen Lage der Männer in Deutschland“, der voraussichtlich im zweiten Halbjahr 2012 veröffentlicht wird. Auch darin werden die Themen Prävention, körperliche Bewegung und psychische Krankheiten, aber auch die Arbeitswelt sowie die Frage, inwieweit Männer mit den bestehenden Angeboten der gesundheitlichen Versorgung erreicht werden, eine wichtige Rolle spielen.

Wenn Sie die Broschüre bestellen möchten:

Bestell-Nr.: BMG-V-10012
E-Mail: publikationen@bundesregierung.de
Telefon: 0 18 05/77 80 90
Fax: 0 18 05/77 80 94
Schriftlich: Publikationsversand der Bundesregierung
Postfach 48 10 09, 18132 Rostock

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter:

www.bundesgesundheitsministerium.de, www.bzga.de,
www.maennergesundheitsportal.de