
Newsletter August 2023

Männergesundheit

BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Liebe Leser und Leserinnen,

gerade jetzt in der Urlaubszeit gehören für viele Menschen strahlender Sonnenschein und sommerliche Temperaturen einfach dazu. Hitze und UV-Strahlung können jedoch die Gesundheit belasten. Mit ein paar einfachen Tipps bewahren Sie auch an heißen Tagen einen kühlen Kopf: Achten Sie darauf, immer genügend zu trinken. Meiden Sie direkte Sonneneinstrahlung und halten Sie sich möglichst im Schatten auf. Legen Sie sportliche Aktivitäten oder Erledigungen in die kühleren Morgen- oder Abendstunden. Weitere Informationen und Tipps rund um Hitze und Gesundheit finden Sie im [Männergesundheitsportal](#).

Gern können Sie uns für das Männergesundheitsportal und unseren Newsletter Anregungen, Hinweise und Termine aus Ihrem Arbeitsbereich oder Ihrer Institution mitteilen. Senden Sie uns dafür einfach eine E-Mail an [maenner-gesundheit\(at\)bzga.de](mailto:maenner-gesundheit@bzga.de).

Kommen Sie gesund durch den Sommer!

Ihre Redaktion

Inhalt

- [In eigener Sache](#)
 - [Ernährung](#)
 - [Forschung](#)
 - [Gewalt](#)
 - [Herz-Kreislauf-Gesundheit](#)
 - [Hitze](#)
 - [Psychische Gesundheit](#)
 - [Suchtprävention](#)
 - [Urologische Erkrankungen](#)
 - [Termine](#)
-

In eigener Sache



Forschungsergebnisse belegen: Konversionsbehandlungen auch drei Jahre nach Verbot weiterhin Thema

BZgA berät und unterstützt Betroffene

Pseudo-Therapien, welche die sexuelle Orientierung oder die Geschlechtsidentität unterdrücken oder ändern sollen – sogenannte Konversionsbehandlungen – sind auch drei Jahre nach Inkrafttreten des Gesetzes zum Schutz vor Konversionsbehandlungen (KonvBehSchG) noch immer präsent.

Zur Pressemitteilung: www.maennergesundheitsportal.de/...



7. Bundeskonferenz "Gesund & aktiv älter werden"

„Hitze in der Stadt – Handlungsoptionen für eine bessere Gesundheit älterer Menschen“

Die mit dem Klimawandel verbundene Zunahme von Hitzewellen und der Hitzebelastung vor allem in Städten gefährdet die Gesundheit älterer Menschen in besonderem Maße. Vor diesem Hintergrund lädt die BZgA zur 7. Bundeskonferenz „Gesund und aktiv älter werden“ am 11. Oktober 2023 nach Berlin ein.

Ziel der BZgA-Bundeskonferenz ist es, Akteurinnen und Akteure aus unterschiedlichen Bereichen einen Überblick über konkrete Schutz- und Präventionsansätze in Städten zu geben, ihnen eine Plattform zur Vernetzung zu bieten und die Umsetzung von Health in All Policies am Beispiel Hitzeschutz zu diskutieren.

Seien Sie dabei und diskutieren Sie mit! Die Teilnahme an der Bundeskonferenz ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist bis zum 1. Oktober 2023 möglich.

Zum Programm und zur Anmeldung: www.gesund-aktiv-aelter-werden.de/...

Ernährung



Pflanzenbetonte Ernährung: Schützt die Blutgefäße und den Planeten

Wer sich vegetarisch oder vegan ernährt, kann die Blutfettwerte positiv beeinflussen und dadurch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen senken. Das lässt eine Auswertung von 30 Studien mit insgesamt über 2.300 Erwachsenen vermuten, die am Rigshospitalet in Kopenhagen durchgeführt wurde.

Zur Meldung: www.maennergesundheitsportal.de/...



Durst auf die Zuckerbombe: Sind Diät- und Light-Getränke gesündere Option?

Hitze verstärkt die Versuchung nach Durstlöschern, deren Kalorien oft stark unterschätzt werden. Wegen ihres hohen Zuckergehalts gehören vor allem Softdrinks und unverdünnte Fruchtsäfte zu den weit verbreiteten Dickmachern. Um die flüssigen Kalorien zu meiden, greifen viele Verbraucherinnen und Verbraucher zu sogenannten Diät- oder Light-Getränken mit Zuckersatzstoffen.

Zur Pressemitteilung: www.maennerggesundheitsportal.de/...

Forschung

WR

Geschlechterforschung breiter verankern - Wissenschaftsrat nimmt Stellung zu Status und Weiterentwicklung des Forschungsfeldes

Fragen des Geschlechts und der Geschlechterverhältnisse sind für viele wissenschaftliche und gesellschaftliche Bereiche relevant, beispielsweise für die medizinische Vorsorge und Therapie oder in Familie und Schule. Die Geschlechterforschung ist ein wichtiges disziplinenübergreifendes Forschungsfeld und deckt ein breites thematisches Spektrum von der Grundlagen- bis zur anwendungsorientierten Forschung ab. Der Wissenschaftsrat hat den Stand der Geschlechterforschung in Deutschland erstmals breit erfasst und Empfehlungen zu ihrer Weiterentwicklung erarbeitet.

Zur Pressemitteilung: www.maennerggesundheitsportal.de/...



15 % der Alleinerziehenden mit Kindern unter 18 Jahren sind Väter

Immer mehr Alleinerziehende sind Väter. Im Jahr 2022 traf dies auf 15 % der Alleinerziehenden zu, die in Deutschland mit ihren minderjährigen Kindern im gemeinsamen Haushalt leben. Der Anteil ist gestiegen: zehn Jahre zuvor lag er noch bei 10 %, wie das Statistische Bundesamt (Destatis) mitteilt.

Zur Pressemitteilung: www.maennerggesundheitsportal.de/...

Gewalt



Die Anzeigenzahlen wegen häuslicher Gewalt steigen drastisch - betroffene Männer haben mehr Mut, zur Polizei zu gehen

Aus der „Kriminalstatistischen Auswertung Partnerschaftsgewalt“ des Bundeskriminalamtes wird dieses Jahr erstmals ein „Lagebild Häusliche Gewalt“. Es umfasst nun Partnerschaftsgewalt und zusätzlich innerfamiliäre Gewalt. Der Anstieg der Zahlen ist damit allein nicht zu rechtfertigen; das sogenannte Hellfeld der angezeigten Delikte ist dramatisch gewachsen. Allein der Gesamtanteil betroffener Männer betrug 2022 fast 29 Prozent. Das für Betroffene bundesweit erreichbare Hilfetelefon Gewalt an Männern hat die Rufnummer 0800 123 9900.

Zur Pressemitteilung: www.maennerggesundheitsportal.de/...



Gewalt zuhause weit verbreitet. Einschätzung zum neuen Lagebild häusliche Gewalt

Bundesfrauen- und Gleichstellungsministerin Lisa Paus, Bundesinnenministerin Nancy Faeser und der Präsident des Bundeskriminalamtes (BKA) Holger Münch haben das Lagebild Häusliche Gewalt für das Jahr 2022 vorgestellt und über die aktuell laufende Dunkelfeldstudie Lebenssituation, Sicherheit und Belastung im Alltag (LeSuBiA) berichtet. 240.547 Menschen wurden im Jahr 2022 Opfer von häuslicher Gewalt. 71,1 % davon waren weiblich (171.076) und 28,9 % männlich (69.471). Das sind zumindest die Zahlen der Fälle, die vom Bundeskriminalamt erfasst wurden – das sogenannte Hellfeld. 2021 waren es insgesamt 8,5 % weniger.

Zur Meldung: www.maennerggesundheitsportal.de/...

Herz-Kreislauf-Gesundheit



Der TÜV für den Blutdruck: in 15 Minuten in der Apotheke

Hoher Blutdruck? Bei jedem dritten Erwachsenen, der Blutdrucksenker einnimmt, liegen die Blutdruckwerte deutlich über den optimalen Werten, bei den bis 65-Jährigen also über 140 zu 80. Menschen mit Bluthochdruck können ihre Blutdruckwerte kostenlos in der Apotheke kontrollieren lassen.

Zur Pressemitteilung: www.maennerggesundheitsportal.de/...



Neue Infomaterialien zum Thema Bluthochdruck

Das Ärztliche Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ) hat neue Gesundheitsinformationen zum Thema Bluthochdruck veröffentlicht. In Deutschland gehört Bluthochdruck zu den Volkskrankheiten – etwa jede dritte erwachsene Person ist betroffen. Die neuen kostenlosen und werbefreien Patientenmaterialien informieren über Bluthochdruck und geben viele praktische Tipps zum besseren Umgang mit der Erkrankung.

Zur Meldung: www.maennergesundheitsportal.de/...

Hitze



Klimawandel als Gesundheitsrisiko

BZgA informiert zum Schutz vor gesundheitlichen Auswirkungen von Hitze

Die Folgen des Klimawandels sind auch in Deutschland spürbar und wirken sich auf das Wohlbefinden und die Gesundheit aus. Insbesondere häufigere Hitzetage und Hitzewellen stellen ernstzunehmende Gesundheitsrisiken dar.

Zur Pressemitteilung: www.maennergesundheitsportal.de/...



Hitze und Arbeiten auf dem Bau: Was tun, wenn's heiß wird?

Die Temperaturen bewegen sich der Jahreszeit entsprechend nach oben und die Hitzebelastung für Beschäftigte auf Baustellen steigt. Die Berufsgenossenschaft der Bauwirtschaft (BG BAU) gibt Tipps, wie sie gesund durch die heiße Jahreszeit kommen.

Zur Meldung: www.maennergesundheitsportal.de/...



Durchschnittlich 1 500 Krankenhausbehandlungen im Jahr bedingt durch Hitze und Sonnenlicht

Extreme Hitze ist auch hierzulande ein Problem für die Gesundheit der Bevölkerung. Wie das Statistische Bundesamt (Destatis) mitteilt, führten Hitzschläge, Sonnenstiche und andere durch Hitze oder Sonnenlicht verursachte Schäden im Durchschnitt der Jahre 2001 bis 2021 zu knapp 1.500 Krankenhausbehandlungen jährlich. Als direkte Todesursache lässt sich Hitze bei durchschnittlich 19 Fällen pro Jahr allerdings selten feststellen. Sehr hohe Temperaturen lassen die Sterblichkeit jedoch insgesamt steigen.

Zur Pressemitteilung: www.maennergesundheitsportal.de/...

Psychische Gesundheit



Schnelle Folge von Krisen belastet aktuell Psyche der Deutschen

87 Prozent der Psychiaterinnen und Psychiater sowie Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten berichten, dass die schnelle Folge von Krisen wie Corona, Ukrainekrieg und Inflation einen besonders negativen Einfluss auf die Psyche ihrer Patientinnen und Patienten hat. Dies sind Ergebnisse der Studie "Psychische Gesundheit in der Krise" der Pronova BKK, für die im Januar und Februar 2023 insgesamt 150 Psychiaterinnen und Psychiater sowie Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten befragt wurden.

Zur Pressemitteilung: www.maennerggesundheitsportal.de/...



Wenn die Psyche das Herz aus dem Takt bringt

Forsa: Immer mehr Menschen unter Stress – KKH-Daten zeigen Bezug zu Herzdiagnosen

Klimakrise und Inflation, Ärger am Arbeitsplatz, Streit in der Familie, Mobbing in sozialen Medien: Immer mehr Menschen stehen unter Druck. Laut einer aktuellen forsa-Umfrage im Auftrag der KKH Kaufmännische Krankenkasse fühlen sich 84 Prozent der 18- bis 70-Jährigen zumindest gelegentlich gestresst, 43 Prozent sogar häufig oder sehr häufig. Das Alarmierende: Die Belastung nimmt offenbar zu. So hat gut jede/r zweite Befragte das Gefühl, dass das Leben in den vergangenen ein bis zwei Jahren anstrengender und stressiger geworden ist.

Zur Pressemitteilung: www.maennerggesundheitsportal.de/...

Suchtprävention



Auf das Rauchen verzichten: Herzkreislaufisiko senken

Wer nach einer Krebsdiagnose das Rauchen nicht aufgibt, hat ein deutlich erhöhtes Risiko für schwere Herzkreislaufkrankungen.

Die krebsfördernden Effekte des Rauchens sind vielfach belegt. Doch auch in anderer Hinsicht schadet es Patienten und Patientinnen, wenn sie nach einer Krebsdiagnose das Rauchen nicht aufgeben. Wie eine neue Untersuchung aus Korea belegt, haben Krebspatienten und -patientinnen, die nach der Diagnose weiter rauchen, ein fast doppelt so hohes Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall und Herzkreislauf-bedingten Tod wie Nichtraucher.

Zur Meldung: www.maennerggesundheitsportal.de/...

Suchtprävention im Glücksspiel verbessern

Der erste Thüringer Glücksspielsuchtbericht befasst sich mit der aktuellen Situation und Entwicklung des terrestrischen und Online-Glücksspiels in Thüringen und erläutert die wesentlichen Arbeitsbereiche der Thüringer Suchtpolitik. Dabei werden die unterschiedlichen Strategien zur Suchtprävention dargestellt, gelingende Beispiele vorgestellt und Weiterentwicklungsbedarfe aufgezeigt.

Zur Medieninformation: www.maennergesundheitsportal.de/...

Was schützt Raucherinnen und Raucher vor COPD?

Rauchen ist einer der wichtigsten Risikofaktoren für das Auftreten einer chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD). Dennoch erkrankt nur ein Bruchteil der Tabakkonsumentinnen und -konsumenten tatsächlich. Forschende des Deutschen Zentrums für Lungenforschung haben nun Schutzmechanismen gefunden.

Zur Meldung: www.maennergesundheitsportal.de/...

Urologische Erkrankungen

Krümmung des Penis: Nutzen der Traktionstherapie ist unklar

Verhärtet sich stellenweise Bindegewebe am Penis, spricht man von einer Induratio penis plastica. Im erigierten Zustand können diese Verhärtungen zu einer Verkrümmung oder zu einem Knick des Penis führen und machen die Erkrankung sichtbar. Die Folgen können die Sexualfunktion einschränken und Betroffene zusätzlich psychisch belasten. Die penile Traktionstherapie soll ein Fortschreiten der Erkrankung verhindern, die Krümmung reduzieren und die Sexualfunktion wiederherstellen. Aus den vorliegenden Studienergebnissen lässt sich allerdings kein Nutzen der Traktionstherapie ableiten. Es bleibt daher unklar, ob und wie gut die Traktionstherapie hilft.

Zur Meldung: www.maennergesundheitsportal.de/...

Lebensqualität bei metastasiertem Prostatakrebs

Bei Prostatakrebs, der sich bereits mit Metastasen in andere Organe ausgebreitet hat und auf eine antihormonelle Therapie nicht oder nicht mehr anspricht, kann eine Radioligandentherapie die Überlebenseaussichten verbessern. Das hatten die ersten Auswertungen der Phase 3-Studie VISION ergeben. Nun zeigte eine weitere Analyse dieser Studie, dass durch die Therapie auch die Lebensqualität der Patienten länger erhalten bleibt als durch die sonst in dieser Situation übliche Behandlung.

Zur Meldung: www.maennergesundheitsportal.de/...

Termine

12.09.2023 -
12.09.2023

Veranstalter
Bundesforum Männer

Veranstaltungsort
online | bundesweit

Quo vadis Männlichkeit: toxisch, nachhaltig oder gar nicht mehr?

Wo stehen wir aktuell mit Blick auf Männlichkeit und die Gleichstellung der Geschlechter? Am 12. September 2023 unternimmt das Bundesforum Männer eine kurze Bestandsaufnahme.

Zum Termin: www.maennergesundheitsportal.de/...

14.09.2023 -
16.09.2023

Veranstalter
Deutsche Gesellschaft für Bipolare Störungen e. V.

Veranstaltungsort
Bielefeld | Nordrhein-Westfalen

22. Jahrestagung der DGBS

"Bipolare Störungen – Ethik und Recht"

"Habe ich Recht(e)?", fragen wir uns immer wieder in unterschiedlichsten Alltagssituationen rund um die Bipolaren Störungen – ganz gleich ob Betroffene, Angehörige oder Profis.

Zum Termin: www.maennergesundheitsportal.de/...

18.09.2023 -
18.09.2023

Veranstalter
LAG Jungen- und Männerarbeit Sachsen e. V.

Veranstaltungsort
online | bundesweit

Basi(c)s der Jungen*arbeit: Grundlagen | Methoden | Transfer

Themen rund um Männlichkeiten und Junge-Sein begegnen Ihnen wahrscheinlich in sämtlichen Bereichen Ihrer Arbeit: Laute und dominante Jungs, verschiedene Interessen und Hobbies, Fragen um Sexualität und Rollenvorbilder... Wie kann ein pädagogischer Zugang zu diesen (Themen der) Jungs aussehen?

Zum Termin: www.maennergesundheitsportal.de/...

**18.09.2023 -
20.09.2023**

Veranstalter
Deutsche Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie e. V.

Veranstaltungsort
Berlin

Deutscher Suchtkongress 2023

Die Deutsche Gesellschaft für Suchtforschung und Suchttherapie e.V. lädt zum 15. Deutschen Suchtkongress 2023 in Berlin. Das diesjährige Thema lautet: Vielfalt in Forschung, Prävention und Therapie von Suchterkrankungen.

Zum Termin: www.maennergesundheitsportal.de/...

**25.09.2023 -
26.09.2023**

Veranstalter
Bundesfach- und Koordinierungsstelle Männergewaltschutz (BFKM)

Veranstaltungsort
Erfurt | Thüringen

Jahresfachtagung "Gewaltig Betroffen - männliche* Opfer häuslicher Gewalt und besondere Zielgruppen im Blick"

Die Jahresfachtagung der Bundesfach- und Koordinierungsstelle Männergewaltschutz (BFKM) beschäftigt sich mit besonderen Zielgruppen des Arbeitsfeldes Männer*gewaltschutz, d.h. mit Kindern, Männer*n mit Beeinträchtigungen und Vätern in Schutzeinrichtungen.

Zum Termin: www.maennergesundheitsportal.de/...

**10.10.2023 -
20.10.2023**

Veranstalter
Aktionsbündnis Seelische Gesundheit

Veranstaltungsort
bundesweit

Woche der Seelischen Gesundheit 2023: Zusammen der Angst das Gewicht nehmen!

Vom 10. bis 20. Oktober 2023 findet die bundesweite Woche der Seelischen Gesundheit in diesem Jahr unter dem Motto „Zusammen der Angst das Gewicht nehmen“ statt.

Zum Termin: www.maennergesundheitsportal.de/...

**23.10.2023 -
24.10.2023**

Veranstalter
LAG Jungen- und
Männerarbeit Sach-
sen e. V.

Veranstaltungsort
Dresden | Sachsen

Jungen*arbeit als Prävention sexualisierter Gewalt gegen Jungen

Traditionelle Männlichkeitsanforderungen wirken auf Jungen und junge Männer immer noch teils stark. Sie beinhalten kein Konzept zu Gewaltbetroffenheit und führen bei Betroffenen von sexualisierter Gewalt zu Bewältigungsstrategien, die individuelle Aufdeckungsprozesse erschweren können. Deshalb ist es notwendig, Prävention in diesem Bereich geschlechterreflektierend zu betrachten und einen entsprechend sensiblen Rahmen zu gestalten.

Zum Termin: www.maennergesundheitsportal.de/...

Impressum

Redaktion, Koordination & Layout: koordinierbar - raum für projekte
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
Maarweg 149-161, 50825 Köln
E-Mail: [maennergesundheits\(at\)bzga.de](mailto:maennergesundheits(at)bzga.de)
Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit.

