

Pressemeldung

Die schwachen Seiten des starken Geschlechts

BZgA informiert zum Männertag über männerspezifische Gesundheitsthemen

Köln, 15.11.2016. Männer in Deutschland fehlen seltener wegen Arbeitsunfähigkeit als Frauen und 68 Prozent von ihnen geben an, über eine gute oder sehr gute psychische Gesundheit zu verfügen. Ein Drittel aller Männer hat noch nie geraucht, drei Prozent haben nach eigenen Angaben noch nie Alkohol getrunken: positive Nachrichten zum Internationalen Männertag am 19. November 2016, der vor allem die Gesundheit von Jungen und Männern zum Thema hat.

Aktuelle Daten zeigen jedoch, dass sich Männer immer noch nicht ausreichend um ihre Gesundheit kümmern. Neueren Studien zufolge sind 67 Prozent der Männer (Frauen: 53 Prozent) hierzulande übergewichtig, 23 Prozent adipös. Nach Angaben des Robert-Koch Institutes (RKI) gaben 28 Prozent der Männer an, in den letzten zwölf Monaten von Bluthochdruck betroffen gewesen zu sein. Und mehr als die Hälfte (56 Prozent) der Männer bleibt bei sportlichen Aktivitäten unter den von der WHO empfohlenen 2,5 Stunden pro Woche. Wie Männer mit wenig Aufwand etwas für ihre Gesundheit tun können, erfährt man(n) auf www.maennergesundheitsportal.de, einem Angebot der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Das Männergesundheitsportal der BZgA präsentiert nicht nur Daten und Fakten, sondern bietet auch umfangreiche Informationen, wie diesen und anderen Krankheitsbildern begegnet werden kann – mit zahlreichen Tipps für gesunde Ernährung und mehr Fitness sowie Infos zu Suchtprävention und Früherkennungsmaßnahmen.

Gemeinsam mit der Stiftung Männergesundheit hat die BZgA in der „Wissensreihe Männergesundheit“ außerdem Broschüren zu den Themen Bluthochdruck, Burnout, Diabetes mellitus, Herzinfarkt und Übergewicht veröffentlicht, die geschlechtersensibel über männerspezifische Gesundheitsthemen informieren.

Wer sich dem Thema Männergesundheit spielerisch nähern möchte, kann es mit dem Quiz auf dem Portal versuchen: Dort erfährt man, wie viel Gramm Fleisch pro Woche empfehlenswert sind und wer häufiger an Bandscheibenproblemen leidet – Männer oder Frauen.

Mehr Informationen zum Thema:

<http://www.maennergesundheitsportal.de>