

# Presse-Information

## Keine falsche Scheu

### **Männergesundheit: Das eigene Wohlbefinden in den Fokus rücken**

**Hannover, 01.09.2020** – Bluthochdruck, Burn-Out, Diabetes mellitus, Herzinfarkt, Übergewicht: Männer sind häufig von diesen Krankheiten und ihren oft weitreichenden Folgen betroffen. Männer sind nicht anfälliger für Krankheiten als Frauen. Klar ist aber: Viele gehen erst zum Arzt, wenn etwas nicht stimmt. Die Apothekerkammer Niedersachsen rät Männern dazu, sich rechtzeitig um die eigene Gesundheit zu kümmern und Vorsorgeuntersuchungen wahrzunehmen. Darüber hinaus bietet die Apotheke vor Ort ihre unkomplizierte und niedrigschwellige Hilfestellung an. Hier können Werte wie der Blutdruck oder das Gewicht bestimmt und ein ausführliches Beratungsgespräch rund um passende präventive Maßnahmen geführt werden.

### **Metabolisches Syndrom bei Männern**

Viele Männer leiden unter dem metabolischen Syndrom, einer Kombination aus verschiedenen Risikofaktoren wie zum Beispiel erhöhte Blutfett-, Blutzucker- und Blutdruckwerte sowie Übergewicht. Sie führen oft zu Veränderungen an den Blutgefäßen. Über Jahre kann es zur Verkalkung der Arterien kommen, wodurch sich Durchblutungsstörungen der lebenswichtigen Organe wie Gehirn, Herz, Leber und Nieren bilden können. Mögliche Folge: ein Herzinfarkt oder ein Schlaganfall. Durch regelmäßige Checks dieser Parameter können Männer eine Verschlechterung des Gesundheitszustandes im Verlauf erkennen und rechtzeitig eingreifen. So sollten zum Beispiel überflüssige Pfunde durch eine Ernährungsumstellung sowie sportliche Aktivitäten reduziert und damit die gesundheitlichen Risiken gesenkt werden.

### **Dem Herzinfarkt davonlaufen**

Jedes Jahr werden fast 150.000 Männer wegen eines Herzinfarktes behandelt. Wer sein Herz schützen möchte, sollte auf einen gesunden Lebensstil achten. Mit einer ausgewogenen Ernährung, Bewegung und der Reduktion von Stress kann so manchen negativen Herzereignissen vorgebeugt werden. Um das Herzkreislaufsystem bei Mineralstoffmangel zu unterstützen und zu stärken, kann eine wohldosierte Menge an Mineralstoffen eingenommen werden. Dies sollte stets individuell mit dem Apotheker des Vertrauens besprochen werden.

### **Rund um die Prostata**

Eine weitere, oft vorkommende Männerkrankheit ist die benigne Prostat hyperplasie, die gutartige Vergrößerung der Vorsteherdrüse (Prostata). Männer sollten sich umgehend einer weiterführenden fachärztlichen Diagnostik unterziehen, wenn sie häufig unter nächtlichem Harndrang, einem abgeschwächten Harnstrahl oder einem verzögerten Beginn des Wasserlassens leiden. Ebenfalls weit verbreitet: Prostat aentzündungen oder Prostat akrebs – das zurzeit häufigste Karzinom beim Mann. Spezifische Warnhinweise für einen bestehenden

Prostatakrebs gibt es zwar nicht. Doch Beschwerden wie verändertes Harnverhalten, Schmerzen in der Prostata oder Blut im Urin sollten dringend ärztlich abgeklärt werden. Da bei einem Prostatakarzinom im Frühstadium die Heilungschancen groß sind, sollten Männer ab 45 Jahren regelmäßig einen Termin zur Vorsorgeuntersuchung beim Arzt machen.

### **Tabuthema Potenzprobleme**

Potenzprobleme können durch einen Mangel des männlichen Sexualhormons Testosteron, durch Durchblutungsstörungen, Nebenwirkungen von Arzneimitteln oder durch psychische Probleme auftreten. Die Apothekerkammer Niedersachsen rät Betroffenen, sich vertrauensvoll an ihren Urologen oder Apotheker zu wenden.

### **Depressionen sind nicht weiblich**

Depressionen werden bei Männern zwar seltener diagnostiziert, allerdings sind sie keine Erkrankung, die nur Frauen betrifft. Doch viele Männer scheuen das zielgerichtete Gespräch mit dem Arzt. In der Apotheke vor Ort können sich Betroffene in einem vertrauensvollen Gespräch zu milden Arzneimitteln auf pflanzlicher Basis beraten lassen, aber auch Empfehlungen bekommen, sich rechtzeitig beim Arzt vorzustellen.

### **Die Glatzenbildung**

Die Alopezie (Glatzenbildung) kommt oftmals anlagebedingt durch die Überempfindlichkeit der Haarfollikel gegenüber den männlichen Sexualhormonen (Androgene) zustande. Im Endstadium kann es zu einer kompletten, irreversiblen Glatzenbildung kommen. Betroffene Männer sollten sich rechtzeitig von ihrem Arzt beraten lassen, ob und welche Therapie greifen könnte.

*Der Apothekerkammer Niedersachsen gehören rund 7.800 Mitglieder an. Der Apotheker ist ein fachlich unabhängiger Heilberufler. Der Gesetzgeber hat den selbstständigen Apothekern die sichere und flächendeckende Versorgung der Bevölkerung mit Arzneimitteln übertragen. Der Beruf erfordert ein vierjähriges Pharmaziestudium an einer Universität und ein praktisches Jahr. Dabei erwirbt der Studierende Kenntnisse in pharmazeutischer Chemie und Biologie, Technologie, Pharmakologie, Toxikologie und Klinische Pharmazie. Nach dem Staatsexamen erhält er eine Approbation. Nur mit dieser staatlichen Zulassung kann er eine öffentliche Apotheke führen. Als Spezialist für Gesundheit und Prävention berät der Apotheker seriös und unabhängig. Er begleitet den Patienten fachlich, unterstützt ihn menschlich und hilft ihm so, seine Therapie im Alltag umzusetzen.*

Zeichen 4.925 inkl. Leerzeichen

Diese Pressemitteilung finden Sie auch unter [www.apothekerkammer-nds.de](http://www.apothekerkammer-nds.de).

Pressekontakt der Apothekerkammer Niedersachsen:

**AzetPR**

Susanne Pfeiffer

Wrangelstraße 111

20253 Hamburg

Telefon 040 / 41 32 70 31

[pfeiffer@azetpr.com](mailto:pfeiffer@azetpr.com)

Apothekerkammer Niedersachsen

Panagiota Fyssa

An der Markuskirche 4

30163 Hannover

Telefon: 0511 39099-0

[presse@apothekerkammer-nds.de](mailto:presse@apothekerkammer-nds.de)