

Ärzte Zeitung online, 29.10.2013 05:01

Warum Frauen älter werden

## Morbus Mann

**Warum sterben Männer früher als Frauen? Diese Frage hat das Robert-Koch-Institut erforscht - und viele Gründe gefunden. Männer können aber aufatmen: Seit Jahren steigt ihre Lebenserwartung stärker als die der Frauen.**

Von Helmut Laschet

Objektiv geht es den Männern schlecht. Sie sterben fünf Jahre früher als Frauen, der Anteil der vorzeitig gestorbenen Männer (unter 65 Jahre) ist doppelt so hoch wie bei Frauen.

Aber subjektiv geht es den Männern besser: Fast 75 Prozent schätzen ihre Gesundheit als gut oder sogar sehr gut ein; bei den Frauen sind es nur knapp 69 Prozent. Über gesundheitliche Einschränkungen klagen nur 27 Prozent der Männer, bei den Frauen über 33 Prozent.

Das sind verwirrende Daten aus dem Männergesundheitsbericht des Robert-Koch-Instituts, veröffentlicht im März 2013.

Klar ist: Männer lieben - immer noch - das Risiko. Ihre Gesundheit ist stärker als die von Frauen vom sozioökonomischen Status abhängig, vom Einkommen und vom Beruf.

Männer, die über mehr als 150 Prozent des Netto-Äquivalenzeinkommens verfügen, leben im Durchschnitt 10,8 Jahre länger als ihre Geschlechtsgenossen, die weniger als 60 Prozent des Durchschnittseinkommens erreichen. Bei den Frauen beträgt der Unterschied in der Lebenserwartung nur 8,4 Jahre.

Noch ausgeprägter sind die Unterschiede gesunder Lebenserwartung: Wer als Mann im Wohlstand lebt, lebt 14,3 Jahre länger als sein armer Geschlechtsgenosse. Bei den Frauen beträgt der Unterschied nur 10,2 Jahre.

Was erklärt diese immensen Unterschiede?

### Mit der Pubertät ins Risiko

Das Verhängnis für die Männer scheint mit der beginnenden Pubertät ihren Lauf zu nehmen. Bis zum Alter von zehn Jahren liegt die Sterblichkeit bei Jungen nur geringfügig über der der Mädchen.

Wenn aber mit der Geschlechtsreife das Testosteron ins Blut schießt, scheinen Männer gute Teile ihres Verstandes zu verlieren: Die Übersterblichkeit schnell in die Höhe und erreicht in der Altersgruppe der 20- bis 25-jährigen Männer einen Gipfel, der fast das Dreifache der Frauen-Mortalität in dieser Altersgruppe beträgt.

Grund sind Verletzungen und Vergiftungen, die häufigsten Todesursachen bei Jugendlichen und jungen Männern sind Unfälle und Selbsttötungen.

In der Altersgruppe der 15- bis 35-jährigen Männer sind Todesfälle als Folge von Verletzungen und Vergiftungen fast viermal so häufig wie bei Frauen.



Typisch Mann: Grillen und Alkohol. Bekanntlich sind der übermäßige Genuss von Gegrilltem und alkoholhaltigen Getränken gesundheitsschädlich.

© Christopher Robbi / Getty Images

#### Mehr zum Thema

Männer - das starke oder doch schwache Geschlecht?  
Ausführliche Informationen im [Dossier Männergesundheit der "Ärzte Zeitung" ...](#)

Die Übersterblichkeit der Männer lässt sich auf eine begrenzte Zahl häufiger Todesursachen zurückführen. Ein großer Anteil davon ist laut Robert-Koch-Instituts vermeidbar, will sagen: Bei Männern existiert ein großes Präventionspotenzial.

Generell ist das Risiko von Männern bis zum 45. Lebensjahr, einen behandlungsbedürftigen Unfall zu erleiden, doppelt so groß wie bei Frauen, erst in den höheren Altersgruppen egalieren sich die Unfallraten bei sinkendem Risiko.

### **Sozioökonomischer Status spielt Rolle**

Großen Einfluss hat dabei der sozioökonomische Status in Kombination mit dem Beruf: Fast 38 Prozent der Unfälle ärmerer Männer geschehen am Arbeitsplatz, bei den wohlhabenden Männern sind es nur 20 Prozent.

Das wiederum liegt daran, dass überwiegend Männer in gefahrgeneigten Berufen tätig sind: Fast 98 Prozent der Bauhandwerker sind Männer, im verarbeitenden Gewerbe liegt die Männerquote bei 86 Prozent, im Verkehr bei 84 Prozent. Im Gesundheits- und Sozialwesen sind die Männer nur zu einem Drittel repräsentiert.

Aber es sind nicht nur äußere Umstände, die das Leben für Männer gefährlich machen. Es gibt auch intrinsische Faktoren. Beispiel Verkehrsunfälle: Männer sind doppelt so häufig wie Frauen an Verkehrsunfällen mit Verletzten beteiligt. Dies liegt nicht nur daran, dass Männer mehr fahren, sondern auch wie sie fahren.

Von 1000 Beteiligten an Verkehrsunfällen mit Personenschaden waren gut fünf Männer beeinträchtigt, aber nur 1,8 Frauen. Alkohol am Steuer war bei Männern fast viermal so häufig ursächlich. Überhöhte Geschwindigkeit, Drängerei, Überholfehler: bei Männern deutlich häufiger als bei Frauen.

### **Erfolge in der Prävention**

Aber es gibt auch eine Trendwende bei Männern, ihr Gesundheitsbewusstsein scheint stärker zuzunehmen als das der Frauen. Das schlägt sich inzwischen auch in der Lebenserwartung nieder. In den letzten 20 Jahren ist die mittlere Lebenserwartung von Männern um 3,7, die der Frauen nur um 1,5 Jahre gestiegen.

Viel früher als Frauen haben Männer das Rauchen bleiben lassen. Seit 1990 geht der einst hohe Raucheranteil unter Männern zurück: von 39,5 auf 36,6 Prozent im Jahr 2009.

Bei den Frauen stieg die Raucherinnen-Quote von 26,7 auf 32 Prozent im Jahr 2003, erst dann begann sie wieder zu sinken.

Fast halbiert hat sich die Quote starker Raucher auf inzwischen elf Prozent, bei den Frauen sank sie nur von 9,1 auf 6,2 Prozent.

Auch bei den Rauchern zeigt sich ein starker Einfluss von sozioökonomischen Status und Bildung: Bei den Akademikern liegt die Raucherquote zwischen zehn und 15 Prozent, bei den Handwerkern liegt sie zwischen 55 und 60 Prozent.

### **Fast jede dritte Krebsneuerkrankung tabakassoziiert**

Die Rauchgewohnheiten schlagen sich in Morbidität und Mortalität nieder: Fast ein Drittel der Krebsneuerkrankungen kann laut Robert-Koch-Institut tabakassoziiert sein, bei den krebsbedingten Todesursachen sogar 45 Prozent.

Aber der Kampf gegen das Rauchen scheint bei Männern erste Früchte zu tragen: Seit den 1990er Jahren gehen Neuerkrankungs- und Sterberaten bei Lungenkrebs allmählich zurück, bei den Frauen nehmen sie zu. Und das zeigt, dass Präventionspolitik langfristig erfolgreich sein kann.