



ao.Univ.-Prof. Dr.
Margarethe Hochleitner,
Frauengesundheitszentrum an den
Universitätskliniken Innsbruck

Gender Medizin - Prävention für Frauen und Männer?

Prävention ist in aller Munde, in allen Medien. Fast alle haben im Hinterkopf: „Ich sollte doch etwas für meine Gesundheit tun.“ Aber was? Gelten dieselben Präventionsempfehlungen für Frauen und Männer? Welche Prävention ist sinnvoll?

Herzerkrankungen sind weltweit die häufigste Todesursache für Frauen und Männer. Die „vermeidbaren“ Haupt-Herzrisikofaktoren sind für Frauen und Männer gleich, nämlich Bluthochdruck, Rauchen, Zuckerkrankheit, Fettstoffwechselstörungen, mangelnde Bewegung und Übergewicht. Alle diese Faktoren gelten für Frauen und Männer, wenn auch in unterschiedlichem Ausmaß und Art. Es ist unbestritten, dass die Kontrolle und Behandlung von Hochdruck, Zuckerkrankheit, Fettstoffwechselstörungen unverzichtbar ist und dass es keine gendermedizinischen Ergebnisse geben wird, die uns ersparen über Rauchstopp, mehr Bewegung, gesündere Ernährung und Gewichtsreduktion nachzudenken. Die gendermedizinische Herausforderung ist: für Frauen und Männer in allen Altersgruppen maßgeschneiderte Präventionskampagnen zu entwickeln. Dies ist vor allem unverzichtbar, wenn auch Jugendliche wie bei Rauchstopp, Bewegungssteigerung und gesunder Ernährung erreicht werden sollen. Krebserkrankungen sind die zweithäufigste Todesursache und hier zeigen sich in der

Prävention Geschlechtsunterschiede. So kennen alle die Brustkrebskampagnen mit hoher Medienunterstützung. Wohl jede Frau weiß, dass Brustpräventionsuntersuchungen empfohlen und angeboten werden, es gibt dafür Vormerkssysteme und diverse Aktionen. Genauso flächendeckend bekannt und eingeführt ist die routinemäßige gynäkologische Untersuchung mit Abstrich. Angebote zu Prostatakrebsprävention für Männer sind zwar vorhanden, aber wesentlich geringer beworben. Abgesehen von Brustkrebs und Prostatakrebs sind bei Männern und Frauen die häufigsten Krebsarten Lungenkrebs, Magen- und Darmkrebs. Hier ist Prävention für Frauen und Männer gleich wichtig, allerdings ist auch hier ein gendersensibles Design unverzichtbar. Abgesehen von dieser allgemeinen Prävention gegen die häufigsten Todesursachen soll Prävention gegen persönliches tatsächliches Risiko gerichtet sein. Hier geht es aber über die Geschlechtsunterschiede deutlich hinaus zur einzelnen Patientin und zum einzelnen Patienten in Richtung personalisierte Medizin.

Merke: Prävention ist für Frauen und Männer in allen Altersgruppen gleich wichtig. Für beide Geschlechter unabhängig von neuen und zukünftigen wissenschaftlichen Empfehlungen sind körperliche Betätigung, gesunde Ernährung und Rauchstopp unverzichtbar!