



Zum Weltmännertag: Männer sollten mehr auf ihr Herz achten

Anlässlich des Weltmännertags am 3. November macht die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie (DGK) auf das wichtige Thema Herzgesundheit bei Männern aufmerksam. Männer leiden häufiger an Herzkrankheiten als Frauen und gehen seltener zur Vorsorge.

Düsseldorf, 28.10.2024 – Männer erleiden deutlich häufiger Herz-Kreislauf-Erkrankungen als Frauen. Laut dem **aktuellen Deutschen Herzbericht** wurden Männer besonders oft wegen ischämischer Herzkrankheiten, ausgelöst durch Verengungen der Blutgefäße, ins Krankenhaus eingewiesen: Pro 100.000 Männern waren es rund 842 Patienten, dagegen waren es bei den Frauen nur 313. Damit sind Männer fast dreimal so oft betroffen. Zudem wurde bei Männern knapp dreimal häufiger ein Herzinfarkt diagnostiziert. Mit Blick auf Herzklappenerkrankungen, Herzrhythmusstörungen und Herzinsuffizienz waren Männer im Durchschnitt rund 1,5-mal mehr betroffen. Zudem treten Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei Männern im Schnitt früher auf als bei Frauen: Bereits ab 45 Jahren steigt die Wahrscheinlichkeit deutlich an.

Gründe für ein Ungleichgewicht bei Männern und Frauen

„Dafür gibt es verschiedene Ursachen“, weiß Prof. Dr. Michael Böhm, Pressesprecher der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e. V. (DGK). „Zum einen hat das weibliche Geschlechtshormon Östrogen eine schützende Wirkung vor Herzkrankheiten, die Männern fehlt. Erst nach der Menopause steigt das Risiko auch für Frauen deutlich an. Zudem neigen Männer häufiger zu einem ungesunden Lebensstil: Sie greifen öfter zu Alkohol, Tabak, fettigem Essen und Fertiggerichten als Frauen.“

Dennoch nehmen Männer viel seltener Vorsorgeuntersuchungen und freiwillige Gesundheits-Checks wahr. Nur etwa jeder vierte nutzt die Krebsvorsorge oder Herz-Kreislauf-Checks. Oft werden Herz-Kreislauf-Krankheiten dann erst erkannt, wenn es (fast) zu spät ist.

Regelmäßige Gesundheits-Check-up werden von Kassen übernommen

Werden Herzkrankheiten und ihre Risikofaktoren frühzeitig erkannt, sind die Chancen deutlich besser, sie durch eine rechtzeitige Therapie einzuhegen. Deshalb ist es wichtig, sich regelmäßig durchchecken zu lassen. Nur so können beispielsweise erhöhte Cholesterinwerte bemerkt werden, einer der wichtigsten Gründe für Gefäßverengungen. Auch Bluthochdruck, der häufig unentdeckt bleibt, wird durch die Vorsorgeuntersuchungen frühzeitig erkannt.

Gesetzlich Versicherte haben einen Anspruch auf regelmäßige und umfassende Gesundheitsuntersuchungen. Die Kosten hierfür werden von den Krankenkassen gedeckt. Im Alter von 18 bis 34 Jahren kann der Check einmalig durchgeführt werden, danach ab einem Alter von 35 Jahren alle drei Jahre. Das Angebot gilt für Männer und Frauen gleichermaßen.

Umfangreiche Tests werden durch neue Herz-Check-ups sinnvoll ergänzt

Neben Herz-Kreislauf-Erkrankungen wird im Rahmen der Check-ups auf Anzeichen für Typ 2-Diabetes und Erkrankungen der Niere gescreent. Zum Umfang der Untersuchung gehört ein Anamnesegespräch und eine körperliche Untersuchung inklusive Blutdruckmessung. Zudem



werden Blut und Urin auf wichtige Indikatoren wie Blutfette und -zucker, Eiweiß sowie Beschaffenheit und Anzahl der roten und weißen Blutkörperchen untersucht.

Durch das neue „**Gesundes-Herz-Gesetz**“, das im Sommer vom Bundeskabinett verabschiedet wurde und Anfang November im Bundestag diskutiert wird, werden diese wichtigen Vorsorgeuntersuchen zudem durch spezielle Check-ups für Herzkreislauf-Erkrankungen ergänzt. Diese sollen für alle Menschen in Deutschland im Alter von 25, 40 und 50 Jahren stattfinden.

Böhm: „Die Lebenserwartung von Männern liegt in Deutschland durchschnittlich fünf Jahre unter der der Frauen. Durch regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen und eine gesunde Lebensweise mit ausreichend Bewegung kann jeder Mann selbst etwas dafür tun, um hier aufzuholen.“

[ENDE]

(3.855 Zeichen inkl. Leerzeichen)



Bildunterschrift: Prof. Dr. Michael Böhm (Homburg/Saar), Pressesprecher der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e. V. (DGK)

Bildnachweis: ©HKM/Romy Martínez

Medienkontakt:

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie

Pressesprecher: Prof. Dr. Michael Böhm (Homburg/Saar)

Pressestelle: Tobias Kruse, Tel.: 0211 600 692 150 | Kerstin Kacmaz, Tel.: 0211 600 692 43
presse@dgk.org

Über die DGK:

Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e. V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine gemeinnützige, wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit mehr als 12.000 Mitgliedern. Sie ist die älteste und größte kardiologische Gesellschaft in Europa. Ihr Ziel ist



DGK.
Deutsche Gesellschaft für Kardiologie
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Grafenberger Allee 100
40237 Düsseldorf
Tel +49 (0) 211 600 692 – 150
Fax +49 (0) 211 600 692 – 10
E-Mail presse@dgk.org
Web Herzmedizin.de

die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen, die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder und die Erstellung von Leitlinien. Weitreichende Informationen für Ärztinnen und Ärzte sowie medizinisches Fachpersonal, aber auch für Nicht-Mediziner:innen stellt die DGK auf Herzmedizin.de zur Verfügung.