

**Ulm (dpa/lsw)** - Die Beschwerden von Männern in den Wechseljahren sollten nach Meinung eines Experten stärker beachtet werden. Während bei Frauen Probleme während der Wechseljahre gesellschaftlich anerkannt seien, würden Männer mit Hitzewallungen, nachlassender Libido und Leistungsfähigkeit, Gereiztheit oder Depressionen häufig nicht einmal von ihrem Arzt ernst genommen, sagte der Urologe Horst Hohmuth der dpa.

«Der Alterungsprozess beim Mann beginnt mit 35 Jahren», betonte er. Hohmuth ist ärztlicher Leiter von «Menfit», dem nach eigenen Angaben bundesweit ersten «Ärztlichen Institut für Männergesundheit», das an diesem Samstag in Ulm eröffnet hat.

Männer werden nach Angaben Hohmuths in dem Institut in den Bereichen Prävention, Sportmedizin, Ernährungsmedizin und Sexualmedizin beraten. Das Ärzteteam besteht aus Urologen, Sportmedizinern und einer Gynäkologin, die Partnertherapien anbietet. «Den einen Männerarzt kann es nicht geben, Männergesundheit ist ein interdisziplinäres Thema», unterstrich der Mediziner.

Hohmuth hat nach eigenen Angaben 1998 in Ulm die erste interdisziplinäre Männersprechstunde Deutschlands abgehalten. Dafür habe er in Fachkreisen viel Prügel eingesteckt. Mittlerweile werde zwar der Männerarzt immer mehr gefordert, doch «die Fachkompetenz ist dünn gesät».

Wegen der demographischen Entwicklung sei es jedoch sehr wichtig, dass Menschen länger fit und leistungsfähig bleiben. Laut Weltgesundheitsorganisation seien im Jahr 2025 rund 30 Prozent der Bevölkerung in den Industrieländern älter als 65 Jahre.

In dem Institut werden keine akuten Krankheiten behandelt. Vielmehr würden die Kunden informiert, wie Krankheiten zu vermeiden sind, erläuterte Hohmuth. «Wir wollen nicht länger nur die Symptome behandeln, sondern konkret Ursachen angehen.» So seien Kraft- und Ausdauertraining die Grundsteine körperlicher Fitness und erhöhten die Lebensqualität.

Gesunde Ernährung schaffe die Voraussetzung für anhaltende Vitalität. Und eine funktionierende Sexualität sei ein weiterer Pfeiler für körperliches und psychisches Wohlbefinden.