

München, 18. November 2022

## Tag der Männergesundheit: Gerade im Alter sind Vorsorgemaßnahmen für Männer wichtig

- Internationaler Männertag am 19. November: 3 von 4 Männer haben Angst vor Krankheit im Alter
- Repräsentative Umfrage ergab: Jeder vierte Mann nimmt mögliche Gesundheits-Check-ups beim Hausarzt nicht wahr
- Nur etwa jeder dritte Mann kennt mögliche Auslöser der schmerzhaften Erkrankung Gürtelrose

Wie jedes Jahr findet am 19. November der Internationale Männertag statt. Dieser Tag soll auf die mentale und physische Gesundheit von Männern aufmerksam machen und Männer dazu anhalten, sich und ihre Gesundheit einem regelmäßigen Check-up zu unterziehen. Gesundheitsvorsorge zählt in der Regel nicht zu den Lieblingsthemen der Männerwelt – im Gegenteil. Die Pandemie scheint diesen Trend noch zu verstärken: Aktuelle Zahlen der Krankenkasse BKK VBU zeigen, dass sich im Vergleich zu 2018 im Jahr 2020 rund 40 % weniger Personen dem kostenlosen Gesundheits-Check-up unterzogen haben.<sup>1</sup> Ergebnisse einer aktuellen Umfrage, an der 1.000 Befragte zwischen 60 und 99 Jahren teilnahmen, zeichnen ein ähnliches Bild: So gab jeder vierte Mann im Rahmen der Umfrage an, das Angebot der Gesundheits-Check-ups beim Hausarzt nicht wahrzunehmen.<sup>2</sup>

Doch insbesondere mit zunehmenden Jahren werden Vorsorgemaßnahmen wichtiger, denn auch unser Immunsystem „altert“: „Die Abwehrkräfte unseres Immunsystems nehmen bereits ab dem 50. Lebensjahr ab. Davon ist ganz besonders die Abwehr in den Körperzellen betroffen“, erklärt Dr. med. Andreas Leischker, Lehrbeauftragter der Philipps Universität Marburg. Umso wichtiger sind daher Vorsorgeuntersuchungen, weil sie dabei helfen können, eine Erkrankung frühzeitig zu entdecken und etwaige Impfplücken zu schließen.

Eine oftmals zu spät erkannte und besonders schmerzhaft Erkrankung ist die weit verbreitete Gürtelrose, die vor allem ältere Menschen – Männer wie Frauen – betrifft.<sup>3</sup> Mit über 400.000 jährlichen Fällen bei Personen über 60 Jahren, zählt sie zu den häufigen Alterskrankheiten in Deutschland. Gürtelrose wird vom gleichen Erreger verursacht, der für die Windpocken verantwortlich ist. Das Virus verbleibt nach der Windpocken-Erkrankung im Körper und kann reaktiviert werden, wenn das Immunsystem mit zunehmendem Alter, durch Stress oder Krankheit an Leistung verliert.<sup>4</sup> Erste unspezifische Symptome einer Gürtelrose sind beispielsweise Abgeschlagenheit, Erschöpfung und allgemeines Unwohlsein. Da das Virus bei Reaktivierung über die Nervenbahnen zur Haut „wandert“, treten häufig noch vor Auftreten der für Gürtelrose typischen Bläschen starke, „einschießende“ Schmerzen auf. Diese stark brennenden bis stechenden Nervenschmerzen können teilweise über Wochen, Monate oder sogar Jahre anhalten.<sup>4</sup> „Am häufigsten sehe ich in der Klinik Patient\*innen, die an starken, langanhaltenden Schmerzen, der gefürchteten Post-Zoster-Neuralgie, leiden,“ beschreibt Dr. Leischker die Beschwerden. „Oft sind die Schmerzen so stark, dass die Patient\*innen zur Schmerzeinstellung stationär im Krankenhaus aufgenommen werden müssen.“

### Männer sind sich ihres Risikos oft nicht bewusst

Dass Männer im Alter gürtelrosegefährdet sind, weiß den Umfrageergebnissen zufolge jedoch nur etwa jeder dritte Mann. Frauen sind etwas besser informiert – etwa die Hälfte kennt das Gürtelrose-Risiko. Auch die möglichen Auslöser einer Gürtelrose scheinen in der Männerwelt kaum bekannt zu sein. Nur etwa jeder Dritte weiß, dass Alter ein Risikofaktor ist, neben Stress und Krankheit. Dass auch eine vorangegangene COVID-19 Erkrankung das Risiko um bis zu 15 % erhöhen kann, wusste nur jeder fünfte befragte Mann.<sup>2</sup>

## Gesundheit im Alter ist Männern wichtig – doch Vorsorge wird vernachlässigt

Für mehr als 90 % der Männer über 60 Jahre ist Gesundheit im Alter wichtig – eine Priorität, die sich auch in ihren größten Ängsten und Sorgen widerspiegelt: Die Umfrageergebnisse zeigen, dass sich 3 von 4 Männern vor Krankheit im Alter fürchten. Zudem hat mehr als die Hälfte Angst vor nachlassender körperlicher oder geistiger Fitness im Alter. Auch das Thema Schmerz im Alter macht Männern zu schaffen: Knapp zwei Drittel fürchten sich davor.<sup>2</sup>

Doch die Umfrageergebnisse verdeutlichen auch: Trotz aller Ängste und Sorgen um die eigene Gesundheit im Alter behandeln Männer das Thema Vorsorge eher stiefmütterlich. Vor allem ihres Gürtelrose-Risikos sind sie sich nicht bewusst. Nutzen Sie den Internationalen Männertag und nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand! Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt über Ihr persönliches Erkrankungsrisiko und die Vorsorgemöglichkeiten bei Gürtelrose. Weitere Informationen finden Sie auf [www.impfen.de/guertelrose](http://www.impfen.de/guertelrose).

## Über Gürtelrose

Gürtelrose tritt als Hautkrankheit in Erscheinung, ist aber eine Infektionskrankheit, die durch die Reaktivierung des Windpockenerregers ausgelöst wird. Mehr als 95 % der Personen ab 60 Jahren hatten bereits Windpocken und tragen dadurch das Virus in sich.<sup>4</sup> Eine von drei Personen erkrankt im Laufe des Lebens an Gürtelrose.<sup>3</sup> Zum einen nehmen die Abwehrkräfte im Alter ab, wodurch eine Reaktivierung wahrscheinlicher wird. Zum anderen stecken sich Betroffene nicht an, sondern haben den Erreger bereits im Körper und dieser kann bei einer Schwächung des Immunsystems (z. B. durch Stress, COVID-19-Erkrankung) wieder aktiviert werden. Bei der Reaktivierung des Virus wandern die zuvor inaktiven Erreger aus den Nervenknotten entlang der Nervenfasern bis zu deren Enden an der Hautoberfläche. Dort entstehen als Reaktion die charakteristischen Bläschen, die sich gürtel- oder bandförmig um den Körper legen. Häufig ist nur eine Körperhälfte betroffen. Bis zu 30 % der Betroffenen haben mit Komplikationen und Langzeitfolgen zu kämpfen.<sup>5</sup> Manchmal dauern diese mehrere Monate an, in anderen Fällen können die Schmerzen ein Leben lang bestehen bleiben. Daneben kann Gürtelrose, wenn sie im Kopfbereich ausbricht, auch zu Sehstörungen und einem vollständigen Seh- und Hörverlust führen. Ebenfalls ist nach einer durchgemachten Gürtelrose das Risiko für Schlaganfälle und Herzinfarkte erhöht.<sup>5</sup>

Mehr Informationen finden Sie unter: [www.impfen.de/guertelrose](http://www.impfen.de/guertelrose)

## Über GSK

Wir sind ein weltweit tätiges forschendes Gesundheitsunternehmen mit dem Anspruch, Menschen dabei zu helfen, ein aktiveres, längeres und gesünderes Leben zu führen. Für weitere Informationen besuchen Sie bitte [www.de.gsk.com/](http://www.de.gsk.com/).

Besuchen oder abonnieren Sie auch unseren Newsroom: [www.presseportal.de](http://www.presseportal.de)  
Folgen Sie uns auf Twitter unter GSK Deutschland ([@gsk\\_de](https://twitter.com/gsk_de))

### Ansprechpartner für Journalisten

Sandra Hofer  
von der Kühlen Kommunikation GmbH  
Widenmayerstr. 27  
80538 München  
Telefon: +49 89 9545956-21  
E-Mail: [s.hofer@vonderkuhlen.de](mailto:s.hofer@vonderkuhlen.de)

Guido Hermanns  
Leiter Unternehmenskommunikation  
Communications, Government Affairs &  
Market Access  
Telefon: +49 177 8915165  
E-Mail: [guido.g.hermanns@gsk.com](mailto:guido.g.hermanns@gsk.com)

### GlaxoSmithKline GmbH & Co. KG, Prinzregentenplatz 9, 81675 München

Sitz der KG ist München  
Amtsgericht München HRA 78754  
Komplementärin:  
Allen Pharmazeutika Gesellschaft mbH, Sitz Wien  
Handelsgericht Wien FN 93449 a

Geschäftsführung:  
Victoria Williams

**\*\*Info: Gendergerechte Sprache:** Dieser Text schließt prinzipiell alle Geschlechter mit ein. Zur besseren Lesbarkeit wird jedoch nur eine Geschlechtsform verwendet – welche das ist, liegt im Ermessen derjenigen, die den Text verfasst haben.

NP-DE-HZX-PRSR-220016, Oktober 2022

---

### Quellenangaben

<sup>1</sup> BKK VBU. <https://www.meine-krankenkasse.de/presse/presse-archiv/pressemitteilungen-2021/gesundheits-check-up-beim-arzt-wird-zu-wenig-genutzt/>. Vorsorge und Prävention: Gesundheits-Check-up beim Arzt wird zu wenig genutzt. Last accessed: 4th of July 2022.

<sup>2</sup> Repräsentative Online-Umfrage mit dem Meinungsforschungsinstitut Appinio im Juli 2022; 1000 Teilnehmer\*innen aus Deutschland im Alter von 60 bis 99 Jahren

<sup>3</sup> Hillebrand et. al., Journal of Infection 2015; Vol 70:178-186.

<sup>4</sup> Harpaz R et al. MMWR Recomm Rep 2008; 57: 1-40. Kimberlin DW et al., N Engl J Med. 2007;356(13):1338-43.

<sup>5</sup> RKI (Hrsg.): Kurz & knapp: Faktenblätter zum Impfen. Herpes-zoster-Impfung; 2020.