

Gesellschaftsmitteilungen

Blickpunkt der Mann 2009; 7 (3)

42-44

Homepage:

www.kup.at/dermann

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

Krause & Pachernegg GmbH
Verlag für Medizin und Wirtschaft
A-3003 Gablitz

Verlagspostamt: 3002 Purkersdorf
Erscheinungsort: 3003 Gablitz

Von Burn-out bis Männersexualität – Jahreskongress informiert über Männergesundheit

Deutsche Gesellschaft für Mann und Gesundheit veranstaltet Jahreskongress am 28. November 2009 in Bad Homburg

Männergesundheit ist ein noch junges, aber zunehmend interessantes Thema. Trotz der 1500 zertifizierten Ärzte mit dem Tätigkeitsschwerpunkt Männergesundheit gibt es viel zu wenige Ärzte, um den hohen Bedarf zu decken. Dabei sollte die Männermedizin nicht mehr nur bei den Urologen und Andrologen angesiedelt werden, sind doch Prävention, Lifestyle, Sport und psychomentele Balance fachübergreifende Interventionschancen. Die DGMG stellt die Männergesundheit auf ein sehr viel breiteres Fundament und bietet auf ihrem diesjährigen Jahreskongress „Männergesundheit 2009“ allen Medizinerinnen die Möglichkeit, wertvolle Zertifizierungspunkte zu erzielen.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Männersexualität und Burn-out – das Spektrum des diesjährigen Jahreskongresses ist breit. Zu Beginn des Kongresses, der am Samstag, 28. November 2009, von 10.00–16.00 Uhr im Kurhaus Bad Homburg vor der Höhe stattfindet, gehen die Vorstandsmitglieder **Prof. Dr. Frank Sommer** und **Dr. Wolfgang Grebe** auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei Männern ein. Herzinfarkt und metabolisches Syndrom sind hierbei ebenso Thema wie der sportmedizinische Aspekt.

Im Anschluss daran stellt die DGMG das neue Vorsorgeprogramm „U 25 – Starke Männer sorgen vor“, das zurzeit entwickelt wird, vor.



Professor Dr. Theodor Klotz spricht über Chemotherapie beim Prostatakarzinom. **Dr. Hans-Ulrich Brandt**, Facharzt für Urologie, über die Nachsorge nach Prostatakarzinom in der urologischen Praxis. Auch Männersexualität mit Themen wie erektile Dysfunktion, Ejaculatio praecox und Libidostörungen stehen auf dem Vormittagsprogramm.

Die zertifizierten Workshops finden ab 14 Uhr statt. Themen werden sein: „Mit Power ins Burn-out: Ärzte als Betroffene und Therapeuten“ sowie „Tabakentwöhnung für Ärzte als Kursleiter“. **PD Dr. Alexander Römmler** hält einen Workshop zum Thema „Adrenopause und DHEA“ ab.

Parallel zu den Workshops für Ärzte wird die Veranstaltung nachmittags auch für das interessierte Publikum geöffnet mit dem Vortrag: „Prostata-Erkrankung – Was jetzt?“ Bei der anschließenden Diskussion haben Patienten Gelegenheit, Fragen an die Referenten zu stellen.

Die Teilnahmegebühr für Ärzte, die Mitglieder bei der DGMG sind, beträgt 90 Euro, Nichtmitglieder bezahlen 120 Euro.

Sie möchten Mitglied bei der DGMG werden? Aufnahmeanträge erhalten Sie unter mail@mann-und-gesundheit.com oder als Download unter

www.mann-und-gesundheit.com

JAHRESKONGRESS 2009 – MÄNNERGESUNDHEIT – PROGRAMM

9.30 Uhr	Einlass / Besuch der Industrieausstellung		13.15 bis 14.00 Uhr	Pause / Besuch der Industrieausstellung	
10.00 Uhr	Begrüßung	Prof. Dr. F. Sommer	14.00 bis 16.00 Uhr	Workshops für Ärzte	
10.05 bis 10.50 Uhr	Herz-Kreislauf-Erkrankungen	Podiumsdiskussion Moderator: NN	Workshop I – IV		
	<ul style="list-style-type: none"> Herzinfarkt Sportmedizin Lifestyle / Metabolisches Syndrom 	Prof. Dr. Frank Sommer Dr. W. Grebe NN	Workshop I	Mit Power ins Burn-Out: Ärzte als Betroffene und Therapeuten – Lifestyle oder Krankheit?	Dr. A. Schüler-Schneiders
10.55 bis 11.15 Uhr	U25 – Starke Männer sorgen vor	Podiumsdiskussion Moderator: NN	Workshop II	Tabakentwöhnung für Ärzte als Kursleiter	Dr. W. Grebe Dr. F. Mathers NN
	Das Vorsorgeprogramm der DGMG für junge Männer (u. a. labor-technische Parameter)	Dr. W. Grebe R. Rosenberg	Workshop III	Workshop IV / GSAAM (German Society of Anti-Aging Medicine e.V.)	Dr. B. Kleine-Gunk
11.15 bis 11.30 Uhr	Pause / Besuch der Industrieausstellung			Alkohol – Warum Abstinenz ein Gesundheitsrisiko ist	
11.30 bis 12.15 Uhr	Neues aus der Männergesundheit	Podiumsdiskussion Moderator: NN	Adrenopause und DHEA		PD Dr. A. Römmler
	<ul style="list-style-type: none"> Chemotherapie des Prostatakarzinoms Nachsorge in der urologischen Praxis 	Prof. Dr. F. Sommer Prof. Dr. Th. Klotz Dr. H.-U. Brandt	Öffnung für das Publikum		
12.15 bis 13.15 Uhr	Männersexualität:	Round-Table Moderator: NN	14.00 bis 15.30 Uhr	Prostata-Erkrankungen – Was jetzt?	Vorträge mit anschließender Diskussion NN
	<ul style="list-style-type: none"> Erektile Dysfunktion Ejaculatio praecox / Libido-Störungen Hormonbehandlung 	Dr. H.-U. Brandt Prof. Dr. F. Sommer Prof. Dr. Th. Klotz M. Sztenc		<ul style="list-style-type: none"> Früherkennung und neueste Behandlungsmethoden Diskussion 	
			15.30 bis 16.00 Uhr	Besuch der Industrieausstellung	



AUFNAHMEANTRAG

Ausgefüllt an die Geschäftsstelle der DGMG per Post schicken oder direkt als Fax an: 06172/9661-11

Deutsche Gesellschaft für Mann und Gesundheit e.V. (DGMG), Friedberger Straße 2, 61350 Bad Homburg, Tel. 06172/9661-31

Hiermit ersuche ich um Aufnahme als Mitglied (Jahresbeitrag 50,- €) in die
Deutsche Gesellschaft für Mann und Gesundheit e.V. (DGMG):

Titel: _____

Vorname: _____ Nachname: _____

Nationalität: _____

Straße: _____ PLZ, Ort: | | | | | _____

Geburtsdatum: _____ Geburtsort: _____

Tel. Praxis: _____ Tel. Privat: _____

Fax: _____ E-mail: _____

Fachrichtung: _____

Recht zur Führung von Zusatzbezeichnung(en) bitte nennen: _____

Mit der Speicherung, Verarbeitung und Übermittlung dieser Daten gem. BDSG im Rahmen der satzungsmäßigen Aufgaben der DGMG e.V. bin ich einverstanden.

Ort/Datum: _____ Unterschrift/Stempel: _____

Einzugsermächtigung

Hiermit bevollmächtige ich die Deutsche Gesellschaft für Mann und Gesundheit e.V. (DGMG), den von mir zu entrichtenden Betrag (Jahresbeitrag: 50,- Euro) bei Fälligkeit zu Lasten meines Kontos,

BLZ: _____ Konto-Nr.: _____

bei: _____

einzuziehen. Gleichzeitig ermächtige ich die oben genannte Bank, mein Konto mit dem angeforderten Betrag zu belasten. Für entsprechende Deckung werde ich Sorge tragen.

Diese rechtsgültige Erklärung gilt, solange sie nicht gegenüber der Deutschen Gesellschaft für Mann und Gesundheit e.V. (DGMG) schriftlich widerrufen wird.

Ort/Datum: _____ Unterschrift des Kontoinhabers: _____



Die Deutsche Gesellschaft für Mann und Gesundheit empfiehlt: Männer, geht nicht erst ab 45 zum Arzt!

10 Tipps für ein gesundes Männerleben

Geht zur Vorsorge!

Nicht erst ab 45 zum Arzt gehen! Vor allem dann nicht, wenn Vater, Bruder, Opa oder Onkel Prostatakrebs hatten. Ruhig schon fünf Jahre früher zur Vorsorge gehen. Fragen Sie Ihren Arzt oder die DGMG nach der U25. Siehe auch:

[www.maennergesundheit.info/
ratgeber/prostata/index.html](http://www.maennergesundheit.info/ratgeber/prostata/index.html)

Trinkt mehr Wasser!

Wasser hilft, Energie zu verbrennen und besser abzunehmen. Trinkt mindestens 2–3 Liter am Tag.

Bunt ist gesund

Fünfmal am Tag Obst und Gemüse ist optimal. Als erster Schritt reicht schon 1–2-mal! Denn gute Kost hilft gegen freie Radikale, die Krebs erzeugen können. Wenn schon Süßigkeiten, dann in Maßen.

Macht mehr Schritte!

Ab dem 30. Lebensjahr nehmen viele Männer zu. Nur 300 Schritte mehr am Tag können das verhindern. Einfache Schrittzähler helfen bei der Umsetzung. Siehe auch:

[www.maennergesundheit.info/
ratgeber/bewegung/index.html](http://www.maennergesundheit.info/ratgeber/bewegung/index.html)

Treibt Sport!

Zweimal die Woche 20–30 Minuten Ausdauertraining. Zu Hause oder im Fitnesscenter leichte Kraftübungen für Arme, Rücken, Bauch. Siehe auch:

[www.maennergesundheit.info/
ratgeber/bewegung/index.html](http://www.maennergesundheit.info/ratgeber/bewegung/index.html)

Hört auf zu rauchen!

Rauchen ist nicht nur schlecht für die Lunge. Auch Blase, Gefäße und das gesamte Immunsystem leiden. Auf die Dauer kann es sogar impotent machen.

www.rauchfrei.de

Schläft gut!

Schlaf ist Erholung für Zellen und Geist – und Training für den Penis. Jeder Mann hat nachts 4–6 Erektionen. Tipp: Schlafrituale schaffen, kein Fernseher ans Bett, Zimmer abdunkeln.

Erektionsprobleme führen zu Herzproblemen!

Verstopfte Penisgefäße weisen auf verstopfte Herzkranzgefäße hin. Studien haben bewiesen, dass ungefähr 6 Jahre nach den ersten Erektionsproblemen ein Herzinfarkt oder Schlaganfall auftritt. Erektionsprobleme daher nicht auf die leichte Schulter nehmen. Siehe auch:

[www.maennergesundheit.info/ratgeber/
sexualitaet/index.html](http://www.maennergesundheit.info/ratgeber/sexualitaet/index.html) oder www.mensbest.info

Habt Orgasmen!

Ob Geschlechtsverkehr oder Selbstbefriedigung: Studien haben gezeigt, dass mehrere Orgasmen pro Woche gesund sind. Dadurch steigt der Testosteronspiegel, Muskeln bauen sich auf und Fett wird abgebaut.

Eine glückliche Partnerschaft tut gut, eine unglückliche macht krank!

Gegenseitige Unterstützung, aufeinander achten, Freude an der Liebe wirken lebensverlängernd und reduzieren Stress. Es ist wichtig, sich für Liebe und Leidenschaft in einer guten Partnerschaft einzusetzen. Eine unglückliche macht krank.

Mitteilungen aus der Redaktion

Besuchen Sie unsere zeitschriftenübergreifende Datenbank

[Bilddatenbank](#)

[Artikeldatenbank](#)

[Fallberichte](#)

e-Journal-Abo

Beziehen Sie die elektronischen Ausgaben dieser Zeitschrift hier.

Die Lieferung umfasst 4–5 Ausgaben pro Jahr zzgl. allfälliger Sonderhefte.

Unsere e-Journale stehen als PDF-Datei zur Verfügung und sind auf den meisten der marktüblichen e-Book-Readern, Tablets sowie auf iPad funktionsfähig.

[Bestellung e-Journal-Abo](#)

Haftungsausschluss

Die in unseren Webseiten publizierten Informationen richten sich **ausschließlich an geprüfte und autorisierte medizinische Berufsgruppen** und entbinden nicht von der ärztlichen Sorgfaltspflicht sowie von einer ausführlichen Patientenaufklärung über therapeutische Optionen und deren Wirkungen bzw. Nebenwirkungen. Die entsprechenden Angaben werden von den Autoren mit der größten Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Die angegebenen Dosierungen sind im Einzelfall anhand der Fachinformationen zu überprüfen. Weder die Autoren, noch die tragenden Gesellschaften noch der Verlag übernehmen irgendwelche Haftungsansprüche.

Bitte beachten Sie auch diese Seiten:

[Impressum](#)

[Disclaimers & Copyright](#)

[Datenschutzerklärung](#)