

Des Mannes beste Jahre

Für den «aging male», den alternden Mann (natürlich auch für die alternde Frau), ist fast alles medizinisches Terrain. Die schöne Nachbarin? Medizin – denn es fehlt das Testosteron. Oder schlimmer noch: Es fehlt die Brille, mit der man der Schönheit der Nachbarin überhaupt erst gewahr würde. Oder gehen Sie morgens früh joggen? Medizin! Denn Ihr Herz, Ihre Gelenke, Ihr Rücken halten das nicht mehr so selbstverständlich aus.

Es war vor Jahren, als mir das kleine Gedicht eines Kollegen in den Sinn kam. Der Kollege war (oder ist es noch?) Neurochirurg. Ich war damals Assistenzarzt, und um meinen kärglichen Lohn etwas aufzubessern, assistierte ich dem Kollegen bei den Diskushernienoperationen. Was immer lehrreich und manchmal unterhaltsam war. Der Kollege rezitierte, während er den Wirbelbogen zur Entlastung des eingeklemmten Nervs entfernte, Gedichte (wenn man dem so sagen darf). Auch dieses kleine Verslein, das ich damals ungemein erheitert fand. In der Zwischenzeit ist das Lachen darüber nicht mehr so breit und schadenfreudig, sondern etwas verkniffen.

We d Bei nümm wei trage

U d Zäng nümm wei gnage

U dr Gigu nümme iche wiu

U mit em Gseeh ischs ou nümme vii

U de das l-a-n-g-s-a-a-m-e Seiche

Das si di füüf böse Zeiche.

Kürbiskerne, jede Menge!

Das kleine Gedicht fand vor Jahren Eingang in eine meiner regelmässigen Kolumnen in einer Tageszeitung. Die Reaktionen darauf waren überwältigend. Reaktionen auf Kolummentexte gabs häufig, aber das «l-a-n-g-s-a-a-m-e Seiche» und die anderen vier bösen Anzeichen hatten die Leute angesprochen. Die Leute: Damit sind und waren meine etwa gleichaltrigen Kollegen, Ärzte wie Nichtärzte, gemeint. Ich erhielt zum Geburtstag Kürbiskerne, jede Menge. Da ich damals zwar (vermutlich) nicht über einen Tisch hätte pinkeln können (allenfalls noch über ein kleines Beistelltischchen), aber beim Urinieren alleweil noch nicht rückwärts gehen musste, konnte ich über Kürbiskerne herzlich lachen. Das Lachen verging mir erst, als ich beim Au-

Herr mit Hund – immer (noch) attraktiv und meistens fit*:
Verleger R.A.
mit Hundedame Vazaha.
(*Anmerkung der Redaktion)

(Abbildung von der Redaktion heimlich ins Heft geschmuggelt)



Foto: Willim Meiler

tofahren den Stadtplan nicht mehr lesen konnte und Mühe hatte zu erkennen, was auf dem Teller vor mir lag, wenn nicht die Nase diese Aufgabe bereits erfüllt hatte. So musste ich mir schliesslich eine Brille zulegen. Dass einem die Beine rascher und stärker wehtun würden als früher, dass die Zähne oder besser das Zahnfleisch sich öfter unangenehm bemerkbar machen würden, davor fürchtete ich mich weniger. Das fünfte (gedichtmässig das dritte) der fünf bösen Zeichen hingegen, das war dann schon bedrohlicher, fürchterlich und zum Fürchten – für jeden Mann. Sollte auch das noch auf mich zukommen? (Zur Erinnerung: Sildenafil und Konsorten gabs zu jener Zeit noch nicht. Wir mussten dem drohenden Ungemach ohne diese Rettungsanker trotzen – und viele von uns taten und tun das durchaus erfolgreich.)

Tabubruch, ein Muss!?

Ich bestellte also ein paar Bücher über den «aging male» und surfte im Internet. Es bestätigte sich – damals wie heute und trotz der Aufklärungsarbeit von Pfizer und Pelé: Wir sind nicht besser als unsere Frauen: Die sprechen nicht über die peinliche Nässe, die sich unkontrolliert ausbreitet beim Lachen oder Husten. Und wir sprechen nicht über unsere Bresten. Schon gar nicht über das eine, eben das fünfte (nicht die Zähne, nicht die Beine, nicht das Sehen, nicht das l-a-n-g-s-a-a-m-e Seichen, nein – das fünfte). Die Bresten des «aging male» waren und sind ein Tabu!

Aufgabe der Medien wäre es, dieses Tabu aufzubrechen. In einem Zeitalter, in dem der Tabubruch ein Muss ist für jeden, der nicht auffallen will, dürfte das doch kein Problem sein. Alle outen sich, alle bekennen (zumindest nachmittags,

in den zahllosen TV-Talkshows der Privatsender, in denen jede und jeder über seine sexuellen und andern Neigungen spricht, und seien sie auch noch so verquer. Notfalls unter dem Titel «Sind Kurzpinkler die besseren Liebhaber?». Ist das die neue Offenheit, die uns «aging males» das Leben mit den unvermeidlichen Beschwerden erleichtert? Ich zweifle.

Sicher, die Prostata ist in mancher Zeitschrift ein Thema. Schon für den Briefkastenonkel bei der «Annabelle» gabs hin und wieder eine von der Redaktorin zusammengeschnitzte fiktive Frage eines fiktiven Lesers (es sind fast alle Leser und Fragen fiktiv; die Redaktoren öffnen den Champagner, wenn eine echte, brauchbare Frage sich auf den Redaktionstisch verirrt) zum Thema «Beschwerden beim Wasserlösen». Aber so richtig ernst nahm die Sache, das Älterwerden, keiner. Wenn mans aus dem Blickwinkel der Aufklärung betrachtet, muss man sagen: Die fand und findet zumindest in den Laienmedien nicht statt.

Oder alles eine Schimäre?

Die Bresten des «aging male» sind tabuisiert. Ein sicheres Zeichen dafür: Man spricht hauptsächlich in Witzen darüber. Ja, Witze gibt es viele. Das zitierte Gedichtchen ist letztlich auch nichts anderes. Vielleicht sind die Leiden des «aging male» aber weniger ein Tabu als eine Schimäre. Dafür spricht der Text einer Einladung zu einem Expert Meeting: «Ein Phänomen sucht seine Definition und seinen Namen.» Vielleicht ist es das: Was so hilflos mit «männlichem Klimakterium», «Climacterium virile», «männlichen Wechseljahren», «Andropause», «Male midlife crisis» oder gar mit «PADAM» (Partial Androgen Deficiency in Aging Male) bezeichnet wird, ist eben keine hand- oder laborfeste Krankheit. Die Symptome sind schwammig, und die hämatologischen Analysen, ja sogar die bildgebenden Verfahren, geben nichts her. Es ist eben – ein Phänomen. Es tritt auch nicht plötzlich auf und ist da. Nein, es beginnt irgendwann, meist un bemerkt, und auf einmal realisiert man,

dass dies und jenes nicht mehr so funktioniert wie früher.

Im Internet habe ich seinerzeit eine Website gefunden: www.bestyears.com, die Seite des Kolumnisten Mike Bellah. Bellah hat seine Kolumnistentätigkeit für die «Amarillo Daily News» im Jahr 2000 zwar aufgegeben, seine alten Texte (in Englisch, aber leicht verständlich) sind aber noch immer abrufbar (und einige neue sind seit 2004 hinzugekommen). Werfen Sie, wenn Sie mal wieder leiden, an PADAM oder Midlife-Crisis, einen Blick auf die Homepage – ich würde wetten, es geht Ihnen, wenn Sie sich ein paar Minuten der Lektüre gönnen, auch ohne Testosteron-Substitution bald deutlich besser. ■

Richard Altorfer

PS: Wann ist eigentlich die Frau im besten Alter? (Frage der Redaktion)