

## DER LANDARZT



## NICHT AUFGEBEN

VON DR. THOMAS ASSMANN

Doc, es hilft nix, da müssen wir ranklotzen.“ Das sagte kürzlich ein ukrainischer Helfer namens Jakob zu mir, aber dazu gleich mehr. Im vergangenen Jahr hatte das Hochwasser unsere Zweigpraxis in Engelskirchen weggerissen, vielleicht erinnern Sie sich, ich habe davon auch hier in der Kolumne berichtet. Von dem einen auf den anderen Moment alles weg, was wir jahrelang aufgebaut hatten. Zum Glück hatten wir die Praxis 15 Minuten vorher fluchtartig verlassen, sodass zumindest niemandem etwas passiert ist.

Trotzdem, wenn Regen gemeldet wird, schaue ich auch jetzt noch besorgt gen Himmel. Diese Erfahrung im Juli 2021 hat uns geprägt. Doch ich bin Optimist, es muss weitergehen, man muss sich wieder aufraffen, deshalb bauen wir zurzeit die zerstörte Praxis wieder auf. Statt 190 Quadratmeter wird sie dann 300 Quadratmeter groß sein.

Aber wir hatten noch eine weitere Baustelle, im wahrsten Sinne des Wortes. Weil wir ein Jahr lang nur noch eine Praxis hatten, wurde diese natürlich noch stärker von den Patienten beansprucht, als es sonst schon der Fall ist. Deswegen entschlossen wir uns, in unserer Praxis in Lindlar eine Generalrenovierung durchzuführen.

Zum ersten Mal in zwanzig Jahren schlossen wir die Praxis daher für eine ganze Woche. Die Renovierung ging am Freitagmittag los und endete neun Tage später, sonntags um 18 Uhr. Der Boden wurde saniert und die Wände gestrichen, dazu neue Möbel angeschafft. Das Hauptproblem war es jedoch, zunächst die eine Hälfte der Praxis zu räumen, damit wir die nun leer stehenden Räume streichen und den Boden sanieren konnten. Nach der Hälfte der Zeit stand dann das gleiche Prozedere für den zweiten Teil der Praxis an. Nachdem die Renovierung abgeschlossen war, mussten alle Teile wieder an ihre neuen Stellen und natürlich alle Computer wieder angeschlossen werden.

Wir waren jeden Tag zehn Stunden in der Praxis beschäftigt, und es schien keine Ende zu nehmen. Manchmal hatte ich einfach Lust, zur nächsten Tankstelle zu fahren und fünf Liter Super für die finale Lösung zu kaufen. Jeder, der schon einmal seine Wohnung saniert hat oder umgezogen ist, kann mich wohl verstehen. Irgendwann liegen die Nerven so blank, dass man zu allem bereit ist.

Gott sei Dank hatten wir doch einige fleißige Helfer, die uns tatkräftig unterstützten. Ohne sie wäre diese Aufgabe gar nicht zu stemmen gewesen. Unter ihnen war auch Jakob: Ukrainer und bereits vor 18 Jahren nach Deutschland gekommen. In den wenigen Pausen, die wir machten, unterhielten wir uns über sein Heimatland und den Krieg. In den Gesprächen fiel mir auf, dass Jakob nicht aufgab und auch in schwierigen Augenblicken immer einen Spruch parat hatte. Zum Beispiel den „Doc, es hilft nix, da müssen wir ranklotzen“-Spruch. Er war enorm fleißig und organisierte in seiner knappen Freizeit zudem noch Hilfskonvois in seine alte Heimat. Ohne ihn hätte die Renovierung noch länger gedauert. Und vor allem: Ohne seine Sprüche wäre die ganze Arbeit auch deutlich trister gewesen. Nach den neun Tagen waren wir aber pünktlich fertig und ziemlich zufrieden mit dem Ergebnis. Wir hoffen, dass die Patienten das auch so sehen werden.

Ich befürchte, dass die kommende Herbst- und Winterzeit wirklich sehr herausfordernd wird. Inflation, Gaspreise, Covid und der Krieg werden uns ziemlich auf die Probe stellen. Ich werde dann bestimmt an den Spruch von Jakob denken: „Doc, es hilft nix, da müssen wir ranklotzen.“

Lieber Leser, ich wünsche Ihnen eine schöne Woche. Und wenn es stressig wird, denken Sie einfach an den Spruch von Jakob! Das wird sicher helfen. Es grüßt Sie herzlich – Ihr Landarzt

Dr. Thomas Assmann, 59 Jahre alt und Internist, hat eine Praxis im Bergischen Land. Er schreibt hier alle 14 Tage.

Sich in diesen Zeiten auf Boris Johnson zu berufen, ist eine zweifelhafte Angelegenheit. Trotzdem muss der neulich als Chef der Tories zurückgetretene britische Premier – auch diesen Posten wird er bald verlieren – für den Einstieg in diesen Text herhalten. Ende Juni hatte er, damals noch in Amt und Würden, in einem Interview am Rande des NATO-Gipfels gesagt: „Wenn Putin eine Frau wäre, hätte er sich wohl kaum auf einen verrückten Machokrieg mit Invasion und Gewalt eingelassen, wie er es getan hat.“ Davon abgesehen, dass man auch Johnson Machoverhalten vorwerfen kann, mag sich die ein oder andere Leserin (und vielleicht sogar ein Leser) genau diese Frage schon einmal gestellt haben: Wäre die Welt nicht eine deutlich friedlichere, wenn an den Schaltstellen der Macht vor allem Frauen sitzen würden?

Eine Beschäftigung mit dem Thema zeigt schnell: Man könnte eine ganze Zeitungsausgabe füllen mit Thesen, die Forscher in den vergangenen Jahrzehnten aufgestellt haben, um unter anderem zu erklären, warum 95 Prozent aller Gewaltverbrechen weltweit von Männern verübt werden.

Ein „Risikofaktor“, der in diesem Zusammenhang verlässlich genannt wird, ist das männliche Sexualhormon Testosteron, das auch im weiblichen Körper vorkommt, aber nur in kleinsten Mengen. In der Medizin sind es die Endokrinologen, die sich mit Hormonen auskennen. Der Hamburger Experte Stephan Petersenn ist jedoch zurückhaltend bei der Frage, welchen Einfluss Testosteron auf Risikobereitschaft, Rücksichtslosigkeit und Aggression hat. „Sicherlich ein interessanter Gedanke“, sagt er, leider gebe es jedoch wenig belastbare Untersuchungen hierzu. Als aus endokrinologischer Sicht indirekten Hinweis auf einen Zusammenhang könne man Folgendes werten: Patienten mit Testosteronmangel hätten früher Therapien bekommen, die nach der Behandlung zeitweilig einen zu hohen Pegel im Blut hervorriefen. Das wiederum habe bei manchen zu vermehrter Aggression geführt. Zudem werden bei Männern, die bewusst Testosteron einnehmen, zum Beispiel zum Muskelaufbau oder Doping, häufiger Stimmungsschwankungen und Aggressionen beschrieben. Dies habe sich in kontrollierten Studien aber nicht nachvollziehen lassen und könnte daher auf bereits vorbestehende Persönlichkeitsstrukturen zurückzuführen sein.

Der Arzt, der sich auch in der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie engagiert, hat zudem Beispiele für unterschiedliches Verhalten der Geschlechter rund um hormonelle Störungen parat. Diskutieren könne man zum Beispiel darüber, was die Erkenntnisse einer australischen Studie von 2020 aussagten, die Männer und Frauen mit einem Tumor an der Hirnanhangsdrüse beobachtete. Ein solches Prolaktinom produziert unerwünschterweise große Mengen an Milchhormon, was zu Unfruchtbarkeit führen kann, und bewirkt gleichzeitig einen Mangel an Testosteron beziehungsweise Östrogen. Unter der medikamentösen Therapie, die diesen Mangel behob, zeigten vorwiegend Männer Kontrollverluste wie Spielsucht, vor allem aber eine Hypersexualität.

Doch grundsätzlich gilt: Nichts Genaues weiß man nicht. Eine unbefriedigende Situation, die sich auch dann nicht wirklich auflöst, wenn man die Medizin verlässt und sich anderen wissenschaftlichen Gebieten zuwendet, die diskutieren: Wie groß ist der biologische Einfluss auf Gewalt- und Aggressionspotential von Frauen und Männern? Und wie groß der unserer patriarchalen Gesellschaft?

Wie praktisch ist es da, dass erst im Juni mit Carole Hooven's Werk „T wie Testosteron – Alles über das Hormon, das uns beherrscht, trennt und verbindet“ eine die unterschiedlichen Strömungen abbildende Übersicht auf Deutsch erschienen ist. Hooven ist Dozentin der Abteilung für menschliche Evolutionsbiologie an der Harvard University in Cambridge. Obwohl selbst diplomierte Psychologin (die später in Evolutionsbiologie promovierte), spürt man ihre Skepsis, wenn sie die American Psychological Association zitiert, die 2018 in einem Newsletter verbreitete: „Das Konzept der Geschlechterrollen ist nicht als biologisches Phänomen angelegt, sondern ein psychologisch und gesellschaftlich konstruiertes System von Ideen, die verändert werden können.“ In



# Männlichkeit ist nicht nur giftig

Wäre die Welt eine friedlichere, wenn mehr Frauen mehr Macht hätten? Und warum sind Männer das gewaltbereitere Geschlecht? Das Sexualhormon Testosteron spielt eine Rolle. Aber auch die Gesellschaft hat ihren Anteil.

Von Eva Schläfer

Männer neigen stärker als Frauen dazu, miteinander in Konkurrenz zu treten. Der Testosteronspiegel erhöht sich dann kurzfristig.

Foto Getty/Bearbeitung F.A.S.

das gleiche Horn bläst Matthew Gutmann, Professor für Anthropologie an der südlich von Harvard gelegenen Brown University und Autor des 2019 erschienenen Buches „Are Men Animals?“. Wer glaube, dass Testosteron etwas Sinnvolles darüber aussagen würde, wie Männer handeln und denken, täusche sich. „Männer handeln so und nicht anders, weil Kultur es ihnen erlaubt, aber nicht, weil die Biologie es verlangt.“

Hooven sieht das ein wenig differenzierter. Sie stützt sich auf zahlreiche Tierbeobachtungen und -studien. „Dass Testosteron für die Gewalt von Männern eine wichtige Rolle spielt, ist bei vielen Tieren gut nachgewiesen. Und da sollen Menschen eine Ausnahme sein?“, fragt sie in ihrem Buch.

Dass Männer das körperlich aggressive Geschlecht sind, wird, so Hooven, durch eine Fülle von Daten gestützt. Gleichzeitig sei es aber „schlicht falsch“ zu glauben, Frauen seien nicht zu erschreckenden gewalttätigen Handlungen fähig. Definiere man Aggression als ein Verhalten, das die Absicht verfolgt, einem anderen zu schaden (oder ihn zumindest einzuschüchtern), könnten Frauen mit Männern mithalten. Definiere man Aggression jedoch enger als „die Form von Angriffen, die für den Täter mit einem körperlichen Risiko verbunden ist, beispielsweise durch Mord, Frauen hingegen ziehen fast immer die Handbremse.“ Sie belassen es bei giftigen Blicken und Geschrei, oder sie stoßen, treten und teilen Ohrfeigen aus.

Und wenn man dem Gewaltverbrechen zum wenig bluttrüben beruflichen und privaten Alltag von Männern wechselt? Auch dort sieht Hooven den Einfluss von Testosteron. Männer neigten stärker als Frauen dazu, miteinander

in Konkurrenz zu treten. Das Spannende ist: Der Testosteronspiegel reagiert auf solche Wettbewerbssituationen mit einer kurzfristigen Erhöhung, was zu gesteigerter Motivation und einem Bedürfnis, sich zu belohnen, führt. Gleichzeitig nehmen Angst und Schmerzempfindung ab. Welcher Mechanismus den Anstieg bewirkt, ist noch ungeklärt, denn eigentlich funktioniert die Testosteronproduktion im Körper relativ langsam. Ebenfalls noch nicht wissenschaftlich erklärt, aber belegt ist, dass Männer auf der ganzen Welt schlechter darin sind als Frauen, die Gefühle anderer zu verstehen. Und dass diese reduzierte Empathiefähigkeit zumindest teilweise auf das Konto des Sexualhormons geht.

Bereits Jungen beschäftigen sich wesentlich stärker als Mädchen mit Kampf- und Tobespielen. Das kann jeder bestätigen, der beim Waldspaziergang beobachtet, wie Jungen Stöcke als Schwerter verwenden, während Mädchen Blätter sammeln. Das Vertrackte ist nur, wie Endokrinologe Petersenn bestätigt: Jungs und Mädchen haben vor der Pubertät einen relativ vergleichbaren, nämlich sehr niedrigen Sexualhormonspiegel. Im fünfjährigen Jungkörper befindet sich so gut wie kein Testosteron. Jedoch: Im Unterschied zum weiblichen Fötus produziert ein männlicher ab der siebten Schwangerschaftswoche im Mutterleib Testosteron, was überhaupt erst dazu führt, dass ein „männliches Gehirn“ und ein Körper entstehen, die im Erwachsenenalter darauf ansprechen.

Was sagt nun aber die Testosteron-Spezialistin selbst zu der Frage, wie friedlich die Welt mit mehr Frauen an den Reglern der Macht wäre? Auf F.A.S.-Anfrage hin schränkt Hooven erst einmal ein, sie halte es für unwahrscheinlich, dass sich die Gesellschaft in den kommenden Jahren so umgestalten werde, dass Männer sich mehr um ihre Familien kümmern und Frauen damit

häufiger die Führung übernehmen könnten. Der These selbst tritt sie verhalten gegenüber. Denn möglicherweise würde die Tatsache, dass Frauen insgesamt weniger gewalttätig sind als Männer, nicht auf jene Frauen zutreffen, die in der Lage seien, in der Hierarchie aufzusteigen und die Toppositionen zu erreichen. „Es gibt viele Frauen, die bereit sind, extrem gewalttätig zu sein, und es gibt viele friedliche Männer“, betont Hooven.

Ohne dass die Evolutionsbiologen den Einstieg in diesen Text kennen würde, schreibt sie: „Eine Frage, die Sie sich stellen sollten, ist, wen Sie an der Spitze haben wollen, wenn Ihre Familie oder Ihr Land von einem herzlosen, machthungrigen Führer angegriffen wird – beispielsweise.“ Sie mutmaßt, in einem solchen Fall würden wir alle uns jemanden wünschen, der bereit wäre, körperliche Stärke und Gewalt anzuwenden, um das zu schützen, was wir schätzen. Diese Eigenschaften seien vielleicht eher bei einem Mann zu finden. „Männlichkeit ist nicht immer giftig; sie hat viele positive Aspekte, auf die Menschen in Zeiten der Not zurückgreifen“, so Hooven. In friedlichen Zeiten und unter anderen Rahmenbedingungen schätze unsere Gesellschaft Einfühlungsvermögen und Verbundenheit. Für diese Art von Führung sind ihrer Ansicht nach Frauen besser geeignet als Männer. „Jedes Geschlecht bringt im Durchschnitt einen anderen Führungsstil mit, und ich bin mir nicht sicher, ob der eine besser ist als der andere.“

Robert Sapolsky, Professor der Biologie, Neurowissenschaft und Neurochirurgie an der kalifornischen Stanford University, schrieb in den späten Neunzigerjahren in einem Essay, das Problem der von männlicher Gewalt geplagten Welt sei nicht, dass Testosteron das Level an Aggression erhöhe. „Das Problem ist, wie oft wir gewalttätiges Verhalten belohnen.“

## FORMT DEN MANN

Testosteron ist das wichtigste und bekannteste von sieben männlichen Sexualhormonen, auch Androgene genannt – vom griechischen „andros“ (Mann) und von „gen“ (erzeugen). Testosteron führt bei Jungen mit Beginn der Pubertät dazu, dass die männlichen Geschlechtsorgane reifen, Muskeln und Knochen sowie Bart, Körper- und Schambehaarung wachsen und sich die Stimme vertieft. Es ist verantwortlich für die zur Fortpflanzung notwendige Spermienbildung und Erektion sowie für die Libido, also die Lust auf Sex. Der männliche Körper bildet Testosteron in den Hoden und in der Nebennierenrinde. Gesteuert wird die Ausschüttung vom Gehirn. Auch Frauen produzieren das Geschlechtshormon, ebenfalls in der Nebennierenrinde sowie in den Eierstöcken, aber in zehn- bis zwanzigmal geringerer Menge. Bei Männern kann ein Testosteronmangel zu Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen und zu sexueller Unlust führen. efer.