

## **Der Mann, das Mängelwesen?**

Gentests finden immer häufiger den Weg aus der medizinischen Praxis in den Wellness-Bereich. So gehören in einer Arztpraxis in Konstanz genetische Tests zu einem „anti-aging-Programm“ für Männer.

Thomas Lemke

Ende letzten Jahres bot die Kosmetikkette Body Shop in einer Reihe ihrer britischen Filialen eine Erbgut-Analyse an, bei der insgesamt neun Gene auf krankheitsrelevante Abweichungen hin untersucht wurden. Der Test sollte Aufschluss über erhöhte Krankheitsrisiken geben, um Ernährungsgewohnheiten und Lebensstil entsprechend anzupassen. Inzwischen nahm Body Shop den Test wieder aus dem Angebot. Es stellte sich nämlich heraus, dass der Erbgut-Check wenig aussagekräftig war, da es nur einen äußerst vagen Zusammenhang zwischen den getesteten Genen und den gesuchten Krankheitsdispositionen gab.

Dieser Fall ist nur ein Beispiel dafür, dass der Einsatz gendiagnostischer Verfahren sich von einem mehr oder weniger konkretisierten Krankheitsverdacht löst und zunehmend für die Untersuchung allgemeiner gesundheitlicher Dispositionen und individueller Lebensstilrisiken herangezogen wird. Diesem Trend folgt auch der Konstanzer Männerarzt Rolf-Dieter Hesch. In Heschs Praxis sind genetische Diagnosen integraler Bestandteil eines anti-aging-Programms, das „mann-agement“ bzw. „hommage“ heißt und ratsuchenden Männern verspricht, gesund alt zu werden. Auf seiner Homepage ([www.hommage.de](http://www.hommage.de)) stellt Hesch sein „Balance-Seminar für den modernen Mann“ vor, das von bayrischen Prinzen und Fernsehmoderatoren in höchsten Tönen gelobt wird. Im Zentrum steht die Optimierung der Lebensqualität und die Minimierung von Gesundheitsrisiken. Denn: „Jeder Mann hat Sollbruchstellen. Rechtzeitiges Gegensteuern ist deswegen unerlässlich.“ Wie dies genau geschehen soll, hat Hesch zusammen mit einem Ko-Autor nun in einem Buch mit dem relativ sinnarmen Titel „Absolut Mann“ aufgeschrieben.

### **Der Mann ist arm dran**

Die Bestandsaufnahme zu Anfang des Buches fällt eher trübe aus: Der Mann ist arm dran und sieht alt aus – vor allem im Vergleich zur Frau: „Im Durchschnitt sieben Jahre früher als die Frau stirbt der Mann, zehn Jahre davor ist er meist krank, genießt sein Leben kaum ... und schließlich stirbt er ‚schlecht repariert‘. Anti-Aging für den Mann ist der Versuch, diese Schere zu schließen und bis zum Schluss gesund zu bleiben. Warum ist dieses Thema so wichtig geworden? Warum sind die Männer mit ihrer seit Jahrhunderten geübten Rolle nicht mehr zufrieden, warum rebellieren die Frauen, selbstständig geworden, gegen die Unselbstständigkeit der Männer und deren Gleichgültigkeit der eigenen Gesundheit gegenüber?“

Die Autoren bleiben die Antwort nicht schuldig. „Absolut Mann“ geht von der überraschenden Annahme aus, dass Emanzipation bislang reine Frauensache war, während der Mann ein erniedrigtes und geknechtetes Wesen darstellt. Das liegt zuallererst an ihm selbst. Es ist – so die Sicht der Autoren – die biologische Programmierung (ergänzt und verstärkt durch etablierte gesellschaftliche Zwänge), die den Mann zu dem gemacht haben, was er heute ist. Und es ist diese Mann-Maschine, die für die typisch männliche Phänomene wie Machtstreben, Krieg und Völkermord verantwortlich ist. Aber dem Manne kann geholfen werden und hier – man ahnt es schon – kommt das anti-aging ins Spiel. Die Hoffnung naht in Form eines revolutionären medizinisch-diagnostischen Gegen-Programms, das den Mann aus seiner biologischen Konditionierung befreien soll: „Anti-Aging für den Mann ist ein Programm, das die männlichen Traumata, die ihn fertigmachen und in jungen Jahren alt werden lassen, aufheben kann.“

### **Sport, Ernährung und genetisches Know-how**

Damit die Zukunft absolut männlich werde, entwirft das Buch ein Interventionsmodell auf vier Ebenen. Die erste Ebene besteht aus der optimalen Realisierung der eigenen Erbanlagen. Die Botschaft lautet: „Der Mann ist nicht das Produkt seiner Gene, sondern dessen, was er letztlich daraus macht – schließlich bestimmen nur etwa 35 Prozent seiner Gene, wie alt er wird, den Rest bestimmt seine Biographie.“ Wie sich diese 35 Prozent errechnen, wird nicht verraten; womit sich die restlichen 65 Prozent der männlichen Gene beschäftigen, bleibt ebenfalls unklar. Sicher aber ist: Es bleibt ein größerer Rest, der nicht auf Biologie, sondern auf Biographie in Form von Erfahrung und Erleben aufbaut. Hier kommen die übrigen drei Ebenen des anti-aging-Programms zu ihrem Recht. Diese sind relativ konventionell und finden sich auch in vielen anderen Fitnessbüchern und Männerratgebern. Auf Ebene Zwei bis Vier soll der Mann „die Kraftquellen seines Lebens“ optimieren, sprich Muskeln aufbauen und die Ausdauer verbessern sowie die richtige Ernährung zu sich nehmen und sich mit ärztlicher Hilfe Einsicht in das Funktionieren seines Hormonsystems verschaffen. Kommen wir noch einmal auf Ebene Eins zurück. Hesch setzt in seiner Praxis DNA-Chips ein, mit denen sich nach seiner Auskunft altersbedingte genetische Gesundheitsrisiken feststellen lassen. Untersucht werden etwa genetische Veränderungen, von denen angenommen wird, dass sie für Bluthochdruck und Thrombosen disponieren; ebenso soll die Funktionsweise von Enzymen analysiert werden, die Alkohol im Körper abbauen oder für die Entgiftung der Leber sorgen. Die medizinische Aussagekraft solcher Tests ist – wie unter anderem der oben erwähnte Body Shop-Fall zeigte – außerordentlich beschränkt, da es sich um sehr komplexe Merkmale handelt, die sich nicht auf die Veränderung einzelner Gene zurückführen lassen. Angesichts der mangelnden wissenschaftlichen Grundlagen dieses Genchecks erscheint die von den Autoren präsentierte Vermutung zu den Ursachen des Alterns gewagt: „Der Löwenanteil der Ursachen des menschlichen Alterns besteht also ... nicht in der Erbmasse als solcher, sondern in den Schäden am Erbgut. Altern erfolgt demnach durch Mutation.“ Alterungsprozesse sollen das Resultat einer krankhaften genetischen Veränderung sein, der mit verschiedenen Techniken der Selbststeuerung und der Veränderung des Lebensstils begegnet werden könne.

### **Das Y-Chromosom – eine Quelle von Defiziten**

Das Alter ist demnach laut Hesch und seinem Ko-Autoren nicht Teil männlicher (und menschlicher) Existenz, sondern eher ein Gegner, den man kennt und ernstnimmt. Im Kampf gegen das Alter hat aber das starke Geschlecht von Natur aus nicht die besten Waffen. Die beiden Autoren haben einen klaren biologischen Nachteil von Männern gegenüber Frauen ausgemacht: das y-Chromosom. Während Frauen zwei x-Chromosomen besitzen, liegt bei Männern anstelle des zweiten x-Chromosoms ein y-Chromosom vor. Das Problem: Dieses ist „etwas kürzer als sein Gegenstück ...; folglich enthält es auch weniger Gene. Dieser Gen-Baustein macht den Mann aus, birgt aber auch seine Mängel.“ In der Kürze liegt in diesem Fall also nicht die Würze, sondern eher eine Quelle von Defiziten – eine Interpretation, die ihrerseits nicht ganz frei von naturwissenschaftlichen Mängeln ist: Warum sollten Männer weniger Gene als Frauen haben und selbst wenn dies so wäre, wieso ist dies medizinisch relevant? Angesichts dieser prekären männlichen Ausgangssituation empfiehlt der Arzt die „Genpflege“ und formuliert den genetischen Imperativ: „Man sollte diesen genetischen Nachlass, den man von Vater und Mutter mitbekommen hat, so gut wie möglich pflegen, um im Vollbesitz seiner Gesundheit alt zu werden.“

Wer pfleglich mit sich und anderen umgeht, Vater und Mutter genetisch ehrt und aus eigener Kraft jung bleiben kann, dem muss beim „Ausblick ins 21. Jahrhundert“ nicht bange sein. Im Gegenteil: Der erfolgreiche Anti-Ager darf hoffen, dann endlich die reifen Früchte medizinischen Fortschritts einsammeln zu können, der „uns in absehbarer Zeit Androgene liefern wird, welche Virilität, Muskulatur und Gefäße des Mannes schützen, denen aber die Potenz zur Aggression fehlt.“ Solange uns dieser 100%ige biologische Schutz noch fehlt, bleibt nur das aktive anti-aging auf allen Ebenen.

*Der Autor ist wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Sozialforschung in Frankfurt am Main und arbeitet an einem Forschungsprojekt zu sozialen Folgen genetischer Diagnostik.*