Sport statt Flimmerkiste

Fernseher als Spermienkiller

Ganz schlecht für die Spermienqualität.

— Drei Stunden Fernsehen pro Tag genügen, um die Spermienzahl zu halbieren, haben US-amerikanische Wissenschaftler herausgefunden [Gaskins et al. Br J Sports Med doi:10.1136/bjsports-2012-091644]. Sie bestimmten die Spermienkonzentration und -qualität bei 189 gesunden Männern im Alter von 18 bis 22 Jahren. Es zeigte sich ein deutlicher Zusammenhang zwischen der körperlichen Aktivität und der Spermienproduktion: Die Gesamtzahl der Spermien im Ejakulat war im Quartil der sportlich aktivsten Männer (> 15 Stunden Sport pro Woche) um 44 %, die Spermienkonzentration um 73 % höher als bei den Couch-Potatoes (< 5 Stunden Sport pro Woche). Am besten lässt sich der negative Einfluss des Fernsehens offenbar durch Sport beheben: Männer, die zwar viel vor der Flimmerkiste saßen, aber trotzdem körperlich sehr aktiv waren, hatten mit die höchste Spermienkonzentration. Dagegen hatte Sport auf die Zahl der Spermien bei Männern, die nur wenig fernsahen, kaum einen Einfluss. Die Parameter Spermienmorphologie, Spermienmotilität und Ejakulatvolumen waren nicht mit einer höheren sportlichen Aktivität assoziiert.

Thomas Müller

Lustverlust durch Zirkumzision

Kommen Beschnittene beim Sex zu kurz?

— Im Streit um Sinn und Unsinn der Zirkumzision haben schon einige Urologen die Skalpelle gekreuzt. Belgische Kollegen glauben nun gezeigt zu haben: Mit dem Präputium gehen Männer auch eines Gutteils der Lust verlustig [Bronselaer GA et al. BJU Int 2013; doi: 10.1111/j.1464-410X.2012.11761.x]. Wie empfindsam deren Penis auf erogene Reizung reagiere, haben die Belgier 1.059 unbeschnittene und 310 beschnittene Männer gefragt. Ausgehend von der im Allgemeinen wohl zutreffenden Annahme, dass sich Menschen während sexueller Stimulation nicht gerne von fremden Wissenschaftlern untersuchen lassen, wählten die Forscher den Befragungsweg über das Internet. Um Interessenten zu gewinnen, hatten zuvor Medizinstudenten nach dem Zufallsprinzip Handzettel auf belgischen Bahnhöfen verteilt. Kurz zusammengefasst lautet das Ergebnis der Untersuchung: Beschnittene haben schlechteren Sex. Jeweils auf einer nach Intensität aufsteigenden Fünf-Punkte-Skala verortet, gab es signifikante Unterschiede zuungunsten der Zirkumzidierten. Diese betrafen den sexuellen Genuss (im Mittel 3,7 vs. 3,4) und die Orgasmusintensität (3,4 vs. 3,2) bei Reizung der Glans. Am Penischaft verspürten Beschnittene mehr Missempfindungen und Schmerzen, die Punktzahl lag im Mittel bei rund 1,2 (vs. 1,05). Die differierende Erregbarkeit betraf vor allem den lateralen und dorsalen, weniger den ventralen Bereich des Penis, der bei einer Beschneidung am wenigsten an materieller Substanz verliert. Im Übrigen waren im Erwachsenenalter Beschnittene schlechter dran als im Kindesalter Operierte.

Zum Studiendesign mag man einwenden, die Ergebnisse beträfen zunächst einmal internetaffine belgische Bahnfahrer. Allerdings liefert die Anatomie keine Gründe anzunehmen, dass die Vorhäute von Männern außerhalb dieses Kollektivs wesentlich anders funktionieren. Daher will der Entschluss, sich eine normal gewachsene Vorhaut kürzen zu lassen, reiflich überlegt sein – zumal, wenn keine medizinische Indikation dafür besteht. Dr. Robert Bublak

Umfrageergebnisse

Wie gesund leben Mitarbeiter des Gesundheitswesens?

— Wer sich beruflich um die Gesundheit anderer Menschen bemüht, pflegt deswegen nicht unbedingt einen vorbildlichen Umgang mit der eigenen Gesundheit, wie eine repräsentative Umfrage der amerikanischen Centers for Disease Control and Prevention (CDC) belegt [Helfand BKI et al. JAMA Intern Med. 2013; 173: 242–4]. 260.000 US-Amerikaner wurden zu Präventionsverhalten und Lebensstil befragt, davon arbeitete etwa jeder Zehnte direkt in der Patientenversorgung. Letztere legten immerhin

in einigen Punkten ein gesünderes Verhalten an den Tag als die übrige Bevölkerung mit gleichem Alter, Geschlecht, Bildungsniveau und Einkommen: So hatten sie öfter einen Hausarzt (81 %) und in den letzten zwei Jahren einen Gesundheits-Check absolviert (82 %). Außerdem hatten mehr Mitarbeiter des Gesundheitswesens in den letzten 30 Tagen Sport gemacht (75 %) und pro Tag nicht mehr als zwei alkoholische Getränke zu sich genommen (95 %). Ansonsten machte sich die Zugehörigkeit zu

einem Gesundheitsberuf jedoch nicht bemerkbar. So gab es etwa bei der Teilnahme an Vorsorge-Koloskopie (64 %), beim Zahnarztbesuch (70 % im letzten Jahr), bei Übergewicht (64 %), beim Raucheranteil (18 %) oder bei Sonnenbränden (29 % im letzten Jahr) oder HIV-Risikoverhalten (5 %) keinen Unterschied zur übrigen Bevölkerung. Mehr noch: Frauen über 50, die im Gesundheitswesen tätig waren, gingen sogar seltener zur Mammografie als andere Frauen (79 %).

Dr. Beate Schumacher