MEHR HUMOR UND SINNLICHKEIT

DIE MÄNNERPRAXIS VON MARCO CAIMI

Dr. med. Marco Caimi zu ...

... **Sterbehilfe:** In gewissen Situationen wichtig und richtig.

... **Präimplantationsdiagnostik:** Verstehe zu wenig davon, um mich zu äussern – Joker.

... **Einheitskrankenkasse:** Noch mehr Staat? Nein danke!

... **Hausarztmangel:** Hausgemacht. Machen wir den Beruf des Arztes, insbesondere des Hausarztes, weiterhin noch schlechter, dann wird der Nachwuchs noch rarer ...

... **In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist:** Abgegriffen, aber noch zu hundert Prozent wahr!

... **Vegetarier vs. Allesfresser:** Der Mensch ist grundsätzlich ein Allesfresser, ein Omnivore. Vegetarier fühlen sich oft moralisch erhaben. Logisch, denn: Im Begriff selbst steckt auch das Wort Arier. Böse, gell?

Als Gäste versteht der Basler Arzt Dr. med. Marco Caimi (54) seine Patienten, und als Gast fühlt man sich sofort nach Betreten der Praxis. Und vielleicht sogar auch noch nach der ersten Spritze oder Blutentnahme. Das Besondere an Caimis Praxis ist aber ihr Status als erste Männerpraxis der Schweiz. Der Sohn eines Tessiners und einer Katalanin («nicht Spanierin …») und Vater von zwei erwachsenen Kindern ist von der Notwendigkeit von Männerärzten überzeugt: Das starke Geschlecht sinniere nicht nur zunehmend über «weiche» Faktoren wie Beziehungsprobleme und Selbstbild, sondern habe generell einen schwächeren Bezug zu seiner Gesundheit als Frauen, die wie selbstverständlich ihre Frauenärztin oder ihren Frauenarzt konsultieren können.
Seine «psychohygienische Erholung» findet Marco Caimi als Fan des FC Basel, als Kabarettist, als Autor von Fachsellern und Krimis – wohl nicht zufällig ist sein Kriminalkommissär Sergi Guardiola ein Exilkatalane – sowie im Yoga, im Krafttraining und im Ausdauersport. Letzterem steht zum Ausgleich die Lust an gutem Essen, an roten Weinen und an Weizenbier gegenüber.
In Basel hat Caimi studiert, dort lebt er mit seiner Partnerin und empfängt seine «Gäste»; für sein kreatives Schaffen zieht er sich regelmässig an den Schluchsee in Deutschland oder nach Stellenbosch in Südafrika zurück.

An der Notwendigkeit von Frauenärztinnen und -ärzten besteht kein Zweifel, aber weshalb braucht es Männerärzte?
Aha, bei Frauen besteht kein Zweifel, dass es Fachärzte braucht … – warum nicht bei Männern? Sind wir Männer eine medizinische Parallelgesellschaft oder die schlechteren Menschen? Gerade weil Männer noch keinen solchen Bezug zu ihrer Gesundheit haben wie Frauen, braucht es spezialisierte Anlaufstellen wie unsere Männerpraxis.

Sind Männer für einen Arzt einfacher im Umgang? Ist es für einen Arzt schwieriger, sich in eine Frau hinein zu fühlen?
Männer sind einfacher zu lesen, haben weniger Stimmungsunregelmässigkeiten, keinen Monatszyklus. Gerade die hormonellen Schwankungen der Frau machen es für uns Männer nicht immer ganz einfach, sich zeitnah und aktuell in eine Frau hineinzuversetzen.

Welches Männer-, welches Frauenbild haben Sie? In der NZZ war im April im Zusammenhang mit sexistischer Werbung zu lesen: «Männer gelten als fulminant triebgesteuert, das macht sie zu Tätern, während Frauen schematisch die Opferrolle zufällt.» Einverstanden?
Überhaupt nicht, Schwachsinn, aber passt zum sinkenden Niveau der NZZ: mehr Klischees statt Fakten. Immer mehr Frauen beklagen sich, dass Männer nur noch müde und unlustig sind. Was ist schlecht an Lust und Trieb, vor allem in gegenseitigem Einverständnis und in festen Partnerschaften? «Viele Frauen träumen davon, mal wieder spontan genommen zu werden», sagt Karoline Bischof, Gynäkologin und Sexologin in Zürich. Recht hat sie. Ich spreche nicht von der Silvesternacht in Köln und ähnlichen Vorfällen: unentschuldbar, weil gewalttätig.

Auf Ihrer Website www.caimi-health.ch findet sich der Satz (er könnte von Nietzsche stammen …): «In euch drin seid ihr immer noch Löwen, aber mittlerweile grasfressend auf der Weide stehend, weil ihr glaubt, das Leben habe euch zu Kühen und Ochsen mutiert.» Begegnet Ihnen dieser Männertypus häufig?
Leider immer häufiger: Björn Leimbach, Paartherapeut und Psychologe in Darmstadt, spricht von der «Betaisierung» des Mannes. Seine Alphaanteile hat er immer mehr an der Garderobe abgegeben. Das trägt nicht zu seiner Attraktivität bei, vor allem nicht bei Frauen, die auch noch Frau sein wollen und nicht dem postfeministischen Genderwahnsinn verfallen sind, der alles gleichschalten will. Wie sexy …

Was sind typische Männerkrankheiten?
Stress und alle seine Folgen: Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Impotenz, Suchtverhalten, Übergewicht, Schlafstörungen. Und, aber mehr altersbedingt, Erkrankungen der Prostata. Aber – und jetzt bitte anschnallen: 70% aller schweren und chronischen Erkrankungen haben ihre Hauptursache in chronischem (negativem) Stress. Quelle: National Institute of Health, USA, das Mekka der Gesundheit(sforschung). Darum führen wir auch ein ganz spezifisches Stressseminar durch. Beinahe schon überlebensnotwendig! (Anm. d. Red.: siehe Kasten «Seminare und Comedy»)

Wie gehen Sie mit eingebildeten Kranken um? Und findet man sie eher unter Männern als unter Frauen?
Nein, da stelle ich keine geschlechtsspezifischen Unterschiede fest. Umgang: Die Menschen trotzdem ernst nehmen und in solchen Fällen noch mehr Fakten schaffen, sodass man beweisen kann: Alles o.k. – wenn es denn so ist!

In welchem Alter empfehlen Sie einem Mann welche Vorsorgeuntersuchung?
Das ist eine individuelle Angelegenheit, abhängig von der familiären Belastung (Genetik!), der eigenen Situation in Bezug auf Gesundheit und Umfeld (Beruf, Beziehung, Soziales). Alles andere führt zu einer nicht mehr länger vertretbaren «Kochbuchmedizin», die leider noch immer viel zu oft angewendet wird. Mit ein Grund, warum Check-ups auch bei Krankenkassen in Verruf geraten sind.

Ich kenne meine Blutgruppe, meine Grösse zu Beginn der Rekrutenschule, mein Alter auf den Monat und mein Gewicht aufs Kilo genau – sollte ich noch andere Daten zu meinem Körper kennen bzw. regelmässig prüfen lassen?
So viel? *(Lacht)* Wie wärs zusätzlich mit Körperfettanteil, Blutdruck, Puls, Blutanalyse ...?

Was war der Auslöser, sich nach 20 Jahren von Ihrem angestammten Fach Rehabilitationsmedizin abzuwenden?
Zwei Gründe: Erstens stellte ich seit 2008 fest, dass die Ansprüche der Männer zunahmen, auch bei «weichen» Faktoren wie Beziehungsproblemen, Selbstbild, Sinnfragen. Mit ein Auslöser solcher Ansprüche: die Bankenkrise.
Zweitens wollte ich auch nochmals etwas anderes machen und mich auch räumlich verändern, um nicht zunehmend unlustig der Pensionierung entgegenzudämmern, wie gewisse Berufsleute und -kollegen.

Wie haben Ihre Arztkollegen auf die Deklaration als «Männerarzt» reagiert?
Was der Bauer nicht kennt, das frisst er nicht. Gar nicht oder teilweise despektierlich. Eine ganz feine «Kollegin» hat mich sogar beim Ehrenrat der Medizinischen Gesellschaft Basel-Stadt verklagt, weil in meiner Broschüre stand, dass sich Patienten/-innen beim Arzt sexuell oft noch ungenügend wahrgenommen und betreut fühlen. Es gibt aber genügend Studien, die genau das belegen. Darum ging mir auch die siebenseitige Belehrung des Standesjuristen am Allerwertesten vorbei.

Kaum ein Mann dürfte eine Frauenärztin oder einen Frauenarzt konsultieren – gilt das auch für den umgekehrten Fall? – Haben Sie all Ihre weibliche Kundschaft verloren?
Im Gegenteil: Frauen sind diesbezüglich viel offener und medizinisch-psychologisch viel mehr an Männern interessiert als wir an Frauen oder gar an uns selbst. Das sollte uns zu denken geben, Gentlemen! Fast ein Drittel unserer medizinischen Gäste (ist das nicht viel schöner als von Patienten zu sprechen?) sind deshalb Frauen – gut so!

Schrecken Sie nicht auch potenzielle – oder auch langjährige – männliche Patienten ab? Etwa solche, die nicht dem Verdacht ausgeliefert sein wollen, sie hätten ein typisch männliches Problem, also z.B. ein Potenzproblem.
Nein, warum auch? Auch ein Arzt kann sich nicht alle Kunden – oder eben Gäste – auf dem Reissbrett zeichnen.

In gewissen Berufen wird einem Mann mehr Kompetenz zugesprochen als einer Frau. Glauben Sie, dass etwa Hausärztinnen/Allgemeinpraktikerinnen unter diesem Vorurteil leiden?
Nein, zumindest nicht mehr bei Menschen mit aufklärerischem Bildungshintergrund. Über andere Männer, die teilweise sogar einer weiblichen Medizinalperson den Handschlag verweigern, weil sie unrein sei, obschon genau diese Person sie nachher auch dort untersuchen «darf», wo Wind zu Material wird, möchte ich mich nicht äussern, sonst kommt das nicht gut an dieser Stelle.

In welchen Fällen erachten Sie es als wichtig, dass man als Paar den Arzt konsultiert?
Vor allem natürlich bei direkten Störungen der Paarbeziehung. Aber auch gewisse Krankheiten wie Impotenz oder auch extremes Schnarchen, um nur zwei zu nennen, können mit der Beziehung negativ interagieren.

Wenn man Ihre Praxis betritt, wähnt man sich in einem Wohnzimmer – Berechnung?
Wo steht geschrieben, dass in einem Wartezimmer immer nur Flyer von Gesundheitsschuhen, Krebs- und Rheumaliga, Exit-Beitrittsformulare oder Prospekte der lokalen Spitex-Vereinigung herumliegen müssen? Wir haben lieber etwas über Humor und Sinnlichkeit.

Sie sind nicht bekannt dafür, ein Blatt vor den Mund zu nehmen. Lesen Sie Ihren Patienten gerne die Leviten – oder wie sagen Sies Ihrem Kinde?
Ich bin kein Schulmeister. Ich versuche einfach, klar und verständlich zu reden, auch Kausalitäten aufzuzeigen, empfehle dazu auch weiterführende Literatur (nicht nur von mir!) und appelliere letztendlich an die Eigenverantwortung. Wie sanft oder heftig das geschehen soll, muss man individuell von Fall zu Fall spüren. C'est la situation et le ton qui font la musique.

Wie ist Ihre Einstellung zum Tod?
Ganz nach Woody Allen: «Ich bin ganz dagegen und hoffe, dass ich nicht zu Hause bin, wenn er vorbeikommt!»

Was wäre Ihr Plan B gewesen, wenn es mit dem Medizinstudium nicht geklappt hätte?
Hotelfachschule! Ich liebe Gastronomie und Gastfreundschaft – wenn man diese auch respektiert.

Sie sind auch Autor von Büchern, Speaker, Seminarleiter, Blogger (Bushman's Voice) und als «Megaschwiizer» sogar Kabarettist. Bleibt das Ihr zweites Standbein oder ist es der erste Schritt zu einer beruflichen Neuausrichtung?
Meine Hauptstandbeine sind seit bald einem Vierteljahrhundert die Praxis und die Referenten- und Seminartätigkeit. Das Kabarett und die Autorentätigkeit sind sehr intensive Hobbys, die mir auch psychohygienische Erholung bieten – und riesig Spass machen.

Sie sind häufig in Deutschland tätig – gefällt Ihnen deutsches Publikum besser als schweizerisches?
Nein, überhaupt nicht. Aber wir Schweizer mit unserem komischen Hochdeutsch sind in Deutschland sehr beliebt. Wahrscheinlich haben wir das alles Emil zu verdanken, der dafür vor vielen Jahren das Eis gebrochen hat. Und jetzt blüht er mit 83 Jahren nochmals auf – für mich ein Mutmacher!

Apropos Kabarett: Haben Sie manchmal im Praxisalltag Mühe, ernst zu bleiben?
Nein, denn der Praxisalltag ist grösstenteils etwas Ernstes. Trotzdem versuchen wir in der Praxis, den Humor nicht aus dem Augenwinkel zu verlieren. Manchmal gilt auch in meiner Praxis: Lieber Humor als Tumor! Aber als Referent streue ich sehr gerne amüsante Passagen in meine Ausführungen ein.

INTERVIEW: DANIEL FLURY

www.caimi-health.ch
www.maennerpraxis.ch

Seminare und Comedy

Anmeldung und Preise: www.caimi-health.ch

Stress und Resilienz
«Fels in der Brandung statt Hamster im Rad»
Zweitägiges Intensivseminar in Hoeri (D; am Bodensee)
24./25. September 2016

Kreativität und Höchstleistung
«Die Leichtigkeit der persönlichen Energieoptimierung»
Zweitägiges Intensivseminar in Hoeri 22./23. Oktober 2016

Nächste **Comedy-Auftritte** von Marco Caimi als **Megaschwiizer** mit seinem Programm «**Helvetien ausser Rand und Band**»:
- Freitag, 23. September 2016; 20 Uhr im ComedyHaus, Zürich
- Mittwoch, 19. Oktober 2016; 20 Uhr im Theater Fauteuil/Tabourettli, Basel

Infos und Tickets unter: www.caimi-health.ch