



Aging male Fragebogen nach Heinemann

Name des Patienten:

Auch bei Männern können, ähnlich wie bei Frauen, mit zunehmendem Alter gesundheitliche Probleme auftreten. Dies sind beispielsweise verstärkte Müdigkeit, Reizbarkeit, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen, Konzentrationsschwierigkeiten, ein Nachlassen des Gedächtnisses und nicht zuletzt Libido- und Potenzstörungen. Die Ursachen dieser Probleme sind noch lange nicht alle erforscht. Es ist jedoch sicher, dass dabei den männlichen Hormonen – vor allem dem Testosteron – eine wichtige Rolle zukommt, da mit zunehmendem Alter die Hormonproduktion des Mannes abnimmt. Man spricht hier von einem Testosteron-Mangel-Syndrom (TMS).

Der vorliegende Fragebogen enthält eine Vielzahl möglicher Symptome und Beschwerden. Diese Probleme können durchaus auf ein Nachlassen der körpereigenen Hormonproduktion des Mannes zurückgeführt werden. Das bedeutet, dass möglicherweise durch eine individuelle Hormonersatztherapie die Beschwerden gelindert oder sogar beseitigt werden können.

Gehen Sie diesen Fragebogen einmal in aller Ruhe durch, um festzustellen ob Sie einzelne oder mehrere Symptome gegenwärtig bei sich beobachten.

In allen Fällen sollten Sie sich an Ihren Arzt oder Ihre Ärztin wenden, um abklären zu lassen, welche Ursachen bei Ihnen für die auftretenden Beschwerden vorliegen.

Nach einem ausführlichen Gespräch auf der Grundlage des ausgefüllten Fragebogens und verschiedener Untersuchungen kann Ihnen Ihr Arzt oder Ihre Ärztin ein individuelles Therapiekonzept erarbeiten und mit Ihnen entsprechende Behandlungsmöglichkeiten besprechen.

Welche der folgenden Beschwerden habe Sie zur Zeit? Kreuzen Sie bitte für jede Beschwerde an wie stark Sie davon betroffen sind. Wenn Sie eine Beschwerden nicht haben, kreuzen Sie Bitte "keine" an.

Beschwerden	<i>keine</i>	<i>leichte</i>	<i>mittlere</i>	<i>starke</i>	<i>sehr starke</i>
Punkte	1	2	3	4	5
Verschlechterung des allgemeinen Wohlbefindens (Gesundheitszustand, subjektives Gesundheitsempfinden)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gelenk- und Muskelbeschwerden (Kreuz-, Gelenk-, Glieder-, Rückenschmerzen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Starkes Schwitzen (unerwartete! plötzliche Schweißausbrüche, Hitzewallungen unabhängig von Belastungen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Schlafstörungen (Einschlafstörungen, Durchschlafstörungen, zu frühes und müdes Aufwachen, schlecht Schlafen, Schlaflosigkeit)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Erhöhtes Schlafbedürfnis, häufig müde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Reizbarkeit (Aggressivität, durch Kleinigkeiten schnell aufgebracht, missgestimmt)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nervosität (innere Anspannung, innere Unruhe, nicht stillsitzen können)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ängstlichkeit (Panik)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Beschwerden	<i>keine</i>	<i>leichte</i>	<i>mittlere</i>	<i>starke</i>	<i>sehr starke</i>
Körperliche Erschöpfung (Nachlassen der Tatkraft, allgemeine Leistung Minderung, Abnahme der Aktivität, fehlende Lust zu Unternehmungen, Gefühl weniger zu Schaffen, zu erreichen, sich antreiben müssen etwas zu unternehmen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Abnahme der Muskelkraft (Schwächegefühl)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Depressive Verstimmung (Mutlosigkeit, Traurigkeit, Weinerlichkeit, Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen, Gefühl der Sinnlosigkeit)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gefühl, Höhepunkt des Lebens ist überschritten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Entmutigt fühlen, Totpunkt erreicht	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Verminderter Bartwuchs	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nachlassen der Potenz	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Abnahme der Anzahl morgendlicher Erektionen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Abnahme der Libido (Spaß am Sex, Lust auf Sexualverkehr)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Haben Sie andere wesentliche

Beschwerden?

Ja

Nein

Wenn Ja, bitte angeben:

Stärke der Beschwerden:

keine

leichte

mittelstarke

starke

Gesamtpunktzahl

17-26 Punkte

27-36 Punkte

37-49 Punkte

≥50 Punkte

Gesamtpunktzahl von 17-26 Punkten

Es besteht für Sie kein Grund zur Beunruhigung, da Sie keine ausgeprägten Symptome haben. Sollten die Symptome allerdings zunehmen, dann wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihre Ärztin/Ihren Arzt, damit dieser Ihre Beschwerden weiter abklären kann.

Gesamtpunktzahl von 27-50 Punkten

Sie haben leichte, mittelstarke oder stark ausgeprägte Beschwerden. Eine der möglichen Ursachen kann ein Nachlassen der körpereigenen Testosteronproduktion sein. Wenden Sie sich daher bitte mit dem ausgefüllten Fragebogen an Ihre Ärztin/Ihren Arzt zur Abklärung der Ursache.