



Passauer Neue Presse	Suchbegriff: HIM - Institut für Männergesundheit i.Zshg.m. Montabaur		
27.09.2013	Verbreitete Auflage:	28.157	Anzeigenäquivalenz:
Tageszeitung / täglich	Reichweite:	51.527	Seite: 35 / Mitte rechts

60.525 - 12 - JK - TZ - 24286679 -

Männer in den Wechseljahren? Kann das sein?

Urologen entwickelten Test – Ab 40 sinkt der Testosteronspiegel

Wer denkt, lediglich Frauen kommen in die Wechseljahre, hat weit gefehlt. Frauen gehen nur offensiver damit um als ihre männlichen Pendanten. Dabei ist auch der männliche Hormonstoffwechsel mit Produktion des Testosterons hochkomplex und altersbedingten Veränderungen unterworfen. So kommt es bereits ab dem 40. Lebensjahr zu einem kontinuierlichen Abfall der Testosteronproduktion im männlichen Körper. Dieser kann sich in vielfältigen Symptomen wie beispielsweise in einer Potenzschwäche und Libidostörung zeigen, die erheblich die Lebensqualität einschränken können. Außerdem ist ein Testosteronmangel ein weit unterschätzter Risikofaktor für viele ernsthafte Erkrankungen wie beispielsweise Blutarmut, Muskelschwäche, Zuckerkrankheit und Osteoporose (Abnahme der Knochenfestigkeit).

Das Testosterondefizit ist eine der häufigsten, aber leider nur selten richtig diagnostizierten hormonellen Störungen, wissen die beiden Fachärzte für Urologie und Andrologie Dr. Jürgen Schloöen und Dr. Martin Müller vom HIM Institut für Männergesundheit in Montabaur (Rheinland-Pfalz). Beide haben einen Test entwickelt, woran Frauen erkennen können, ob ihr Partner in den Wechseljahren ist.

- Ist Ihr Partner in jüngster Zeit öfter mal schlecht gelaunt?
- Ist er schneller gereizt oder reagiert er aggressiver als früher?
- Leidet er unter Stimmungsschwankungen, zum Teil mit depressiver Verstimmung oder Nervosität?
- Bemerken Sie bei ihm ein Nachlassen der Konzentrations- und Merkfähigkeit?
- Tritt eine zunehmende körperliche Erschöpfung, eine vermehrte

Müdigkeit mit nachlassender Tatkraft und Vitalität ein?

- Bekommt er, selbst wenn er sich nicht körperlich anstrengt, mehrmals wöchentlich Schweißausbrüche?
- Klagt er über Schlafstörungen?
- Muss Ihr Partner nachts häufiger auf die Toilette?
- Liegen Gelenk- oder Muskelschmerzen vor?
- Hat er keine (oder deutlich weniger) Lust mehr auf Sex?
- Machen sich Erektionsstörungen bemerkbar?
- Leidet Ihr Partner unter einer Herzkrankheit, einer Zucker- oder Fettstoffwechselstörung?

Wenn Sie mindestens vier der zwölf Fragen mit „Ja“ beantworten können, dann könnte es möglich sein, dass Ihr Partner in den Wechseljahren ist. Falls er nicht selbst die Initiative ergreift, ermutigen Sie ihn, zum – vorzugsweise auf einen auf Männergesundheit spezialisierten – Arzt zu gehen. – pnp