

Füllen Sie bitte den AMS-Bogen auf den Innenseiten aus!

# AMS-Fragebogen

(The Aging Males' Symptoms rating scale)

zur Erfassung der Testosteron-  
Mangel-Beschwerden<sup>1</sup>

Name

Vorname

Geburtsdatum

Datum der Befragung

Praxisstempel

Füllen Sie bitte den AMS-Bogen auf den Innenseiten aus!

# AMS-Fragebogen

(The Aging Males' Symptoms rating scale)

zur Erfassung der Testosteron-  
Mangel-Beschwerden

Die nachfolgenden Fragen auf den gegenüberliegenden Innenseiten beziehen sich auf mögliche Beschwerden, die Sie zur Zeit haben und wurden auf der Basis eines internationalen Standards erstellt. Kreuzen Sie bitte für jede Beschwerde an, wie stark Sie davon betroffen sind. Wenn Sie eine Beschwerde nicht haben, kreuzen Sie bitte „keine“ an.

Ihr Arzt wird Ihre Antworten gemeinsam mit Ihnen besprechen. Sie werden ihm helfen, die richtige Diagnose zu stellen.

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit.



# Testosteronmangel und Hormon-Check

Individuelle medizinisch-fachärztliche Gesundheitsleistungen

Praxisstempel



# Testosteronmangel und Hormon-Check

Lieber Patient,

vital sein und aktiv leben, den Anforderungen in Familie und Beruf gerecht werden – diese Ziele haben Männer in jedem Alter. Ein Hormon im Körper des Mannes – das Testosteron – spielt hierbei eine wichtige Rolle.

Da die Produktion der männlichen Hormone ab einem Alter von 40 Jahren – manchmal auch früher – langsam absinkt, nehmen Männer im Allgemeinen die Symptome erst spät wahr und bringen sie meist nicht mit der tatsächlichen Ursache in Verbindung.

Neben leicht zu behandelnden Befindlichkeitsstörungen können möglicherweise auch ernste Beschwerden auftreten, die eingehend abgeklärt und behandelt werden müssen.

*Es ist deshalb empfehlenswert, ab 40 einen regelmäßigen Hormon-Check vorzunehmen.*

## Hormon-Check ab 40

Die nachlassende Produktion der männlichen Sexualhormone – z. B. von Testosteron als dem bekanntesten – führt häufig zu Beschwerden wie:

- verminderte Vitalität
- abnehmende Muskelkraft
- Libidoverlust.


Gravierende körperliche oder seelische Veränderungen in diesem Zusammenhang können u. a. sein:

- Antriebslosigkeit
- Erschöpfung
- Schlafstörungen
- depressive Verstimmung
- nächtliches Schwitzen
- starke Gewichtszunahme.

Diese Beschwerden werden häufig beruflichem und privatem Stress zugeschrieben und nicht als Zeichen eines Hormonabfalls erkannt. Mediziner sprechen von einem Testosteron-Mangel-Syndrom (TMS). Dieses lässt sich durch Bestimmung des Testosterons im Blut bestätigen.

Die daraus resultierenden Beschwerden lassen sich mit einer Testosterontherapie gut behandeln. Bei Männern mit Übergewicht und Testosteron-Mangel kann eine Therapie mit Testosteron sogar der Entwicklung einer Typ-2-Diabetes oder eines Metabolischen Syndroms entgegenwirken.

*Machen Sie den Hormon-Check ab 40!  
Lassen Sie Ihren Testosteron-Wert bestimmen.*

 *Ich möchte das Wahl-Vorsorgeangebot zur Bestimmung meines Testosteron-Wertes in Anspruch nehmen.*

## AMS-Fragebogen (The Aging Males' Symptoms rating scale) zur Erfassung der Testosteron-Mangel-Beschwerden

Bitte bewerten Sie Ihr Wohlbefinden:

		kein	leicht	mittel	stark	stärker	Punkt
		1	2	3	4	5	=
Körper	1. <b>Verschlechterung des allgemeinen Wohlbefindens</b> (Gesundheitszustand, subjektives Gesundheitsempfinden)						
	2. <b>Gelenk- und Muskelbeschwerden</b> (Kreuz-, Gelenk-, Glieder- und/oder Rückenschmerzen)						
	3. <b>Starkes Schwitzen</b> (plötzliche Schweißausbrüche, Hitzewallungen unabhängig von Belastungen)						
	4. <b>Schlafstörungen</b> (Einschlaf- oder Durchschlafstörungen, zu frühes und müdes Aufwachen, schlecht schlafen, Schlaflosigkeit)						
	5. <b>Erhöhtes Schlafbedürfnis, häufig müde</b>						
	6. <b>Körperliche Erschöpfung/Nachlassen der Tatkraft</b> (allgemeine Leistungsminderung, fehlende Unternehmungslust; Gefühl weniger zu schaffen, zu erreichen)						
Psyche	7. <b>Abnahme der Muskelkraft, Schwächegefühl</b>						
	8. <b>Reizbarkeit</b> (aggressiv, durch Kleinigkeiten schnell aufgebracht, missgestimmt)						
	9. <b>Nervosität</b> (innere Anspannung, innere Unruhe, nicht Stillsitzen können)						
	10. <b>Ängstlichkeit, Panikgefühle</b>						
	11. <b>Depressive Verstimmung</b> (mutlos, traurig, weinerlich, antriebslos, Stimmungsschwankungen, Gefühl der Sinnlosigkeit)						
	12. <b>Entmutigt fühlen, Totpunkt erreicht</b>						
Sex	13. <b>Gefühl, Höhepunkt des Lebens ist überschritten</b>						
	14. <b>Verminderter Bartwuchs</b>						
	15. <b>Nachlassen der Potenz</b>						
	16. <b>Abnahme der Anzahl morgendlicher Erektionen</b>						
	17. <b>Abnahme der Libido</b> (weniger Spaß am Sex, kaum Lust auf Sexualverkehr)						
<b>Σ</b>							

<b>Auswertung:</b>	<b>Gesamtpunktzahl</b>	17–26	27–36	37–49	> 50
	<b>Stärke der Beschwerden</b>	keine	wenig	mittlere	schwere

Bei einem Ergebnis von mehr als **37 Punkten** ist ein **Testosteron-Check** empfehlenswert.