

1701/42 www.schleiner.de  
Bildnachweis: Fotolia, shutterstock

# Hormonstatus Mann

Wechseljahre des Mannes



[www.gesund-bleiben.de](http://www.gesund-bleiben.de)

2.02 2.02

Patientenratgeber  
Unsere Reihe für Ihre Gesundheit



## HORMONSTATUS MANN

# Der Frust mit der Lust

Trotz aller Aufklärung ist es ein Tabuthema: In Deutschland hat jeder fünfte Mann über 40 Jahren sexuelle Funktionsstörungen. Wer betroffen ist, sollte nicht zögern, seinen Arzt aufzusuchen. Denn in den meisten Fällen kann Abhilfe geschaffen werden.

Der Frust mit der Lust ist kein rein männliches Problem. Sexuelle Funktionsstörungen treten sowohl bei Männern als auch bei Frauen auf. Etwa 20 Prozent aller Männer in Deutschland sind von sexuellen Funktionsstörungen betroffen. Die meisten von ihnen leiden unter erektiler Dysfunktion (ED), also Erektionsstörungen, Orgasmusschwierigkeiten und vorzeitigem Samenerguss.



*Entdecken Sie erste Anzeichen? Dann sprechen Sie mit Ihrem Arzt, er kann Ihnen helfen.*

### Wie funktioniert eine Erektion?

Im Normalfall entsteht eine Erektion, wenn verstärkt Blut in den Penis fließt. Dazu ist ein raffiniertes Zusammenspiel von Nervenreizen, Hormonen, Botenstoffen und Muskeln notwendig.

### Wie entstehen Erektionsstörungen?

Erektionsstörungen sind in der Regel sowohl ein psychisches als auch ein körperliches Problem für den Betroffenen. Oftmals stecken Anspannung, Stress, Alkohol oder anhaltende Müdigkeit hinter einer Störung. Meistens bleibt es bei vorübergehendem Auftreten. Hält die Erscheinung über einen längeren Zeitraum an, kann sie zu „Versagensängsten“ führen, und dazu, dass sich die Betroffenen noch weniger entspannen und die sexuelle Aktivität genießen können.



*Wechseljahre sind kein reines Frauenleiden.*

Doch auch körperliche Ursachen können für Erektionsstörungen verantwortlich sein. Besonders in höherem Alter kommt es häufig zu Mangelerscheinungen an bestimmten Hormonen, vorwiegend an Testosteron, dem Sexualhormon des Mannes. Darüber hinaus können auch Nervenschäden oder Durchblutungsstörungen im Penis vorliegen, die sich beispielsweise durch Diabetes oder Bluthochdruck entwickeln können.

## Möglichkeiten der Diagnose

Eine gründliche Diagnose ist unerlässlich, um die richtige Therapie auswählen zu können. Zunächst kann eine Auflistung aller Einflussfaktoren, wie Vorerkrankungen, Stress, Alkohol oder Rauchen hilfreich sein. Zusätzlich erfolgt eine gründliche körperliche Untersuchung. Dabei steht der Hormonstatus des Mannes im Mittelpunkt.

## Andropause des Mannes

Ein zu niedriger Testosteronspiegel kann zu einer Reihe von Beschwerden führen, die als „Wechseljahre des Mannes“ bezeichnet werden. Darunter fallen:

- Abnahme der Muskelmasse
- Gewichtszunahme
- Verringerung der sexuellen Lust
- Antriebsarmut, Müdigkeit
- Depressionen, Angsterkrankungen
- Abnahme der Knochendichte
- Nachlassende Gedächtnisfunktion



*Testosteronmangel hat mehrere negative Folgen.*

## Die wichtigsten Laborparameter

### Gesamttestosteron und freies Testosteron

ist das wichtigste männliche Geschlechtshormon. Sinkt bereits nach dem 20. Lebensjahr kontinuierlich. Etwa 20 Prozent der 60-Jährigen haben Testosteronmangel. Behandelt werden kann dieser durch Injektionen, Pflaster oder Gel. Eine solche Substitution wirkt der Osteoporose entgegen und führt zu Aufbau von Knochenmasse, verstärkt die Körperkraft und senkt den Körperfettgehalt.

### SHBG

dient zur Beurteilung des Anteils an freiem, biologisch aktivem Testosteron.

### LH, FSH

zeigen bei zu niedrigen Testosteronwerten an, ob die Störung im Hoden oder in einem anderen Bereich liegt.

### DHEA-S

ist ein wichtiges Vorhormon. Aus ihm werden Testosteron und Östradiol gebildet. Anti-Aging-Experten halten es für das wichtigste Steuerungsinstrument im Verlauf des Alterungsprozesses.

### TSH

ist ein Hormon, das auf die Schilddrüse einwirkt.

Liegt ein Hormondefizit vor, können Betroffene ein Testosteron-Präparat einnehmen. Das kann die Beschwerden zwar lindern, wird aufgrund zahlreicher Nebenwirkungen aber kritisch gesehen. Außerdem sind die Auswirkungen einer längeren Therapie bisher nur wenig erforscht.

Sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Er berät Sie gerne – einfühlsam und vertraulich.