



Vital sein, aktiv leben

Die Bedeutung von Testosteron
für Ihr körperliches, geistiges
und sexuelles Wohlbefinden

Voraussetzungen für Ihr Wohlbefinden

Zwischen dem jungen und dem älteren Mann steht, chronologisch gesehen, der Midlife-Mann, der Mann zwischen 40 und 65. In diesem Alter treten meist die ersten Anzeichen des Älterwerdens auf. Mit einer gesunden Lebensweise kann vielen Erkrankungen vorgebeugt werden. Ausreichende körperliche Bewegung und bewusste Ernährung spielen dabei eine Schlüsselrolle. Diese Faktoren haben auch einen direkten Einfluss auf die körpereigene Testosteron-Produktion – dieses Hormon spielt für Ihr körperliches, geistiges und sexuelles Wohlbefinden eine entscheidende Rolle.





Welche Aufgaben haben Geschlechtshormone?

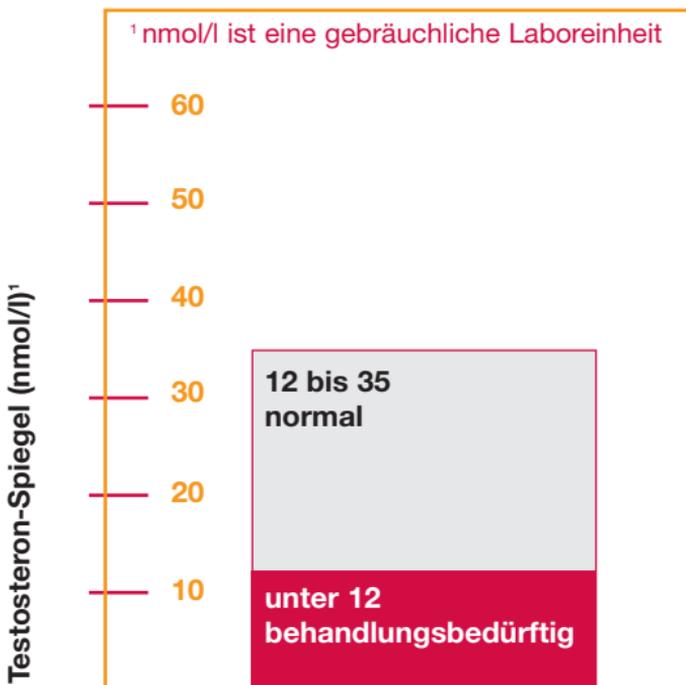
Es ist bekannt, dass Testosteron für den Bartwuchs, die Körper- und Schambehaarung, den männlichen Körperbau, sowie die Libido und Potenz verantwortlich ist.

Die Hormone fördern aber auch die Leistungsfähigkeit, in dem sie die Sauerstoffversorgung verbessern. Außerdem beeinflussen sie das Gehirn, wodurch Konzentrations- und Merkfähigkeit sowie die Stimmung verbessert werden können.



Welche Testosteron-Spiegel sind normal?

Die Testosteron-Spiegel von Männern zeigen große individuelle Unterschiede. Werte zwischen 12 und 35 nmol/l sind normal. Werte unter 12 nmol/l gelten als behandlungsbedürftig, wenn die typischen Testosteron-Mangel-Beschwerden vorliegen.





gesund bleiben

Jenapharm 
Andrologie

Was ist ein Testosteron-Mangel-Syndrom?

Das Testosteron-Mangel-Syndrom (TMS) bezeichnet einen Mangel am männlichen Geschlechtshormon Testosteron und die damit verbundenen körperlichen, sexuellen und psychischen Beschwerden des Mannes.

Der Hormonmangel kann angeboren sein, durch Unfälle oder Operationen verursacht werden oder sich durch eine langsame und allmähliche Abnahme der Hormonproduktion ab dem 40. Lebensjahr entwickeln.

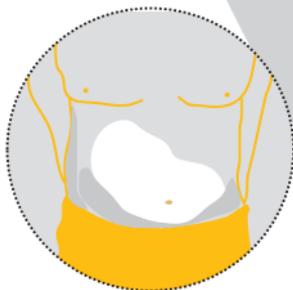
Symptome erkennen



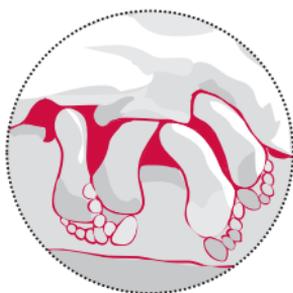
- *Depressive Verstimmung*
- *Schlafstörungen*
- *Müdigkeit und Abgeschlagenheit durch verringerte Blutbildung*
- *Konzentrationsstörungen*



- *Hitzewallungen*
- *Nachlassen der Muskelkraft*



- *Zunahme von Fettmasse*



- *Nachlassen von Libido und Potenz*



- *Verringerung der Knochenmasse*





gezielt informieren

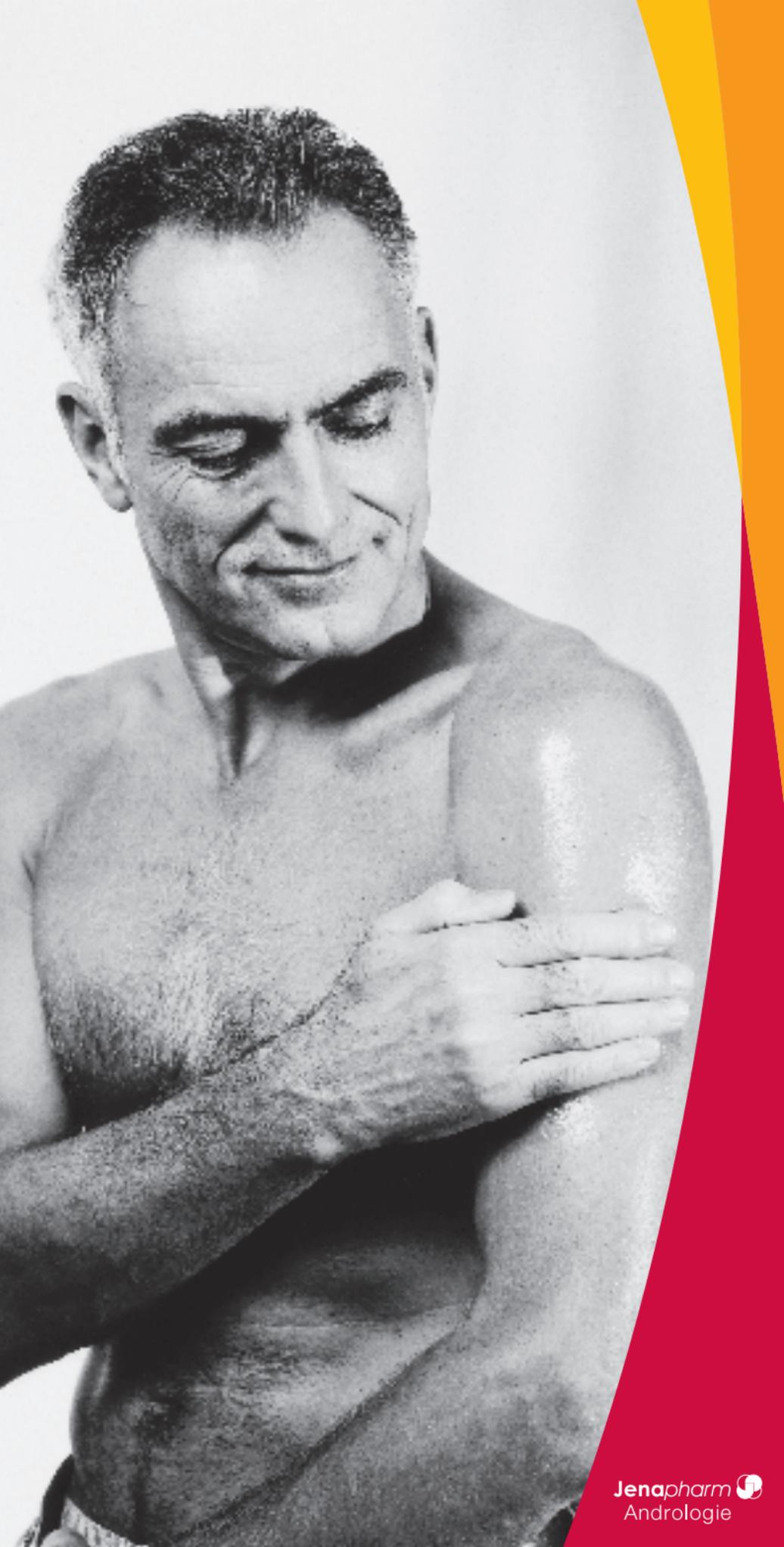
Wie kann ein Testosteron-Mangel behandelt werden?

Bei einem Testosteron-Mangel sollten Männer das fehlende Hormon Testosteron erhalten.

Eine sehr praktische Therapieform ist das Testosteron-Gel.

Das Gel ist einzeln in Beuteln verpackt. Es wird einmal täglich morgens auf Oberarme, Schultern oder Bauch aufgetragen und zieht innerhalb weniger Minuten ein. Die Haut dient als Speicher, aus dem Testosteron kontinuierlich ins Blut abgegeben und an seine Zielorte transportiert wird.

So kann die natürliche Tagesrhythmik mit morgendlich höheren Testosteron-Spiegeln nachempfunden werden. Die Spiegel bleiben insgesamt über 24 Stunden im Normbereich.



Eine weitere Behandlungsmöglichkeit ist die sogenannte „3-Monatsspritze“ - eine moderne Art der Testosteron-Injektionstherapie.

Sie hat den Vorteil, dass der Testosteron-Spiegel im Blut über einen Zeitraum von ca. 12 Wochen gleichmäßig im Normbereich bleibt. Dadurch sind nur noch etwa 4 Anwendungen pro Jahr notwendig*. Die „3-Monatsspritze“ verschafft betroffenen Männern mehr Sicherheit, Unabhängigkeit und Lebensqualität als herkömmliche – nur 2 bis 3 Wochen wirksame – Testosteronspritzen.

*Beim Start der Therapie oder im Einzelfall kann es auch zu kürzeren Injektionsintervallen kommen.

Genauere Informationen zum Thema TMS erhalten Sie bei Ihrem Arzt.

TMS-Fragebogen

Der vorliegende Fragebogen (rechts) enthält eine Vielzahl möglicher Testosteron-Mangel-Beschwerden. Gehen Sie diesen Fragebogen einmal in aller Ruhe durch, um festzustellen, ob Sie einzelne oder mehrere Beschwerden bei sich beobachtet haben.

Wenn Sie leichte, mittlere oder schwere Beschwerden haben, sollten Sie sich an Ihren Arzt oder Ihre Ärztin des Vertrauens wenden, um abklären zu lassen, welche Ursachen bei Ihnen für die aufgetretenen Beschwerden vorliegen. Eine mögliche Ursache kann ein Nachlassen der körpereigenen Testosteron-Produktion sein.



wirksam behandeln



Vital sein, aktiv leben.

www.testovital.de

Praxisstempel