



## Fragbogen zu Testosteron-Mangel-Beschwerden

(AMS = The Aging Males' Symptoms rating scale)

Name:

Vorname:

Geburtsdatum:

Wir möchten Sie bitten, die folgenden Fragen sorgfältig durchzulesen und zu beantworten. Wenn möglich senden Sie uns das Formular vorgängig per E-Mail an [zun-bern@hin.ch](mailto:zun-bern@hin.ch) zu oder bringen es zum Sprechstundentermin mit. Besten Dank für Ihre Unterstützung.

**Die nachfolgenden Fragen beziehen sich auf möglichen Beschwerden, die Sie zurzeit haben.**

	keine 1	leichte 2	mittlere 3	starke 4	sehr starke 5
<b>Körperliches Wohlbefinden</b>					
<b>1. Verschlechterung des allgemeinen Wohlbefindens</b> (Gesundheitszustand, subjektives Gesundheitsempfinden)					
<b>2. Gelenk- und Muskelbeschwerden</b> (Kreuz-, Gelenk-, Glieder- und/oder Rückenschmerzen)					
<b>3. Starkes Schwitzen</b> (plötzliche Schweißausbrüche, Hitzewallungen unabhängig von Belastungen)					
<b>4. Schlafstörungen</b> (Einschlaf- oder Durchschlafstörungen, zu frühes und müdes Aufwachen, schlecht schlafen, Schlaflosigkeit)					
<b>5. Erhöhtes Schlafbedürfnis, häufig müde</b>					
<b>6. Körperliche Erschöpfung/Nachlassen der Tatkraft</b> (allgemeine Leistungsminderung, fehlende Unternehmungslust Gefühl weniger zu schaffen, zu erreichen)					
<b>7. Abnahme der Muskelkraft, Schwächegefühl</b>					
<b>Psychisches Wohlbefinden</b>					
<b>8. Reizbarkeit</b> (Aggressivität, durch Kleinigkeiten schnell aufgebracht, missgestimmt)					
<b>9. Nervosität</b> (innere Anspannung, innere Unruhe, nicht Stillsitzen können)					
<b>10. Ängstlichkeit, Panikgefühle</b>					
<b>11. Depressive Verstimmung</b> (Mutlosigkeit, Traurigkeit, Weinerlichkeit, Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen, Gefühl der Sinnlosigkeit)					
<b>12. Entmutigt fühlen, Totpunkt erreicht</b>					
<b>Sexuelles Wohlbefinden</b>					
<b>13. Gefühl, Höhepunkt des Lebens ist überschritten</b>					
<b>14. Verminderter Bartwuchs</b>					
<b>15. Nachlassen der Potenz</b>					
<b>16. Abnahme der Anzahl morgendlicher Erektionen</b>					
<b>17. Abnahme der Libido</b> (weniger Spaß am Sex, kaum Lust auf Sexualverkehr)					

**Gesamtpunktzahl:** \_\_\_\_\_

<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.