



Männer-Check

Testosteron-Mangel

Name, Vorname _____

Geburtsdatum _____ Datum _____

Ihr körperliches Wohlbefinden		keine	leichte	mittlere	starke	heftige	Punkte
1	Verschlechterung des Allgemeinbefindens (Gesundheitszustand, subjektives Gesundheitsempfinden)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
2	Gelenk- und Muskelbeschwerden (Kreuz-, Gelenk-, Glieder- und/oder Rückenschmerzen)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
3	Starkes Schwitzen (plötzliche Schweißausbrüche, Hitzewallungen)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
4	Schlafstörungen (Einschlaf- oder Durchschlafstörung, zu frühes und müdes Aufwachen, Schlaflosigkeit)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
5	Erhöhtes Schlafbedürfnis, häufig müde	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
6	Körperliche Erschöpfung, Nachlassen der Tatkraft (allgemeine Leistungsminderung, fehlende Unternehmungslust, Gefühl von weniger schaffen und erreichen können)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
7	Abnahme der Muskelkraft, Schwächegefühl	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	

Ihr psychisches Wohlbefinden		keine	leichte	mittlere	starke	heftige	Punkte
8	Reizbarkeit (Aggressivität, leicht reizbar, missgestimmt)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
9	Nervosität (innere Anspannung, innere Unruhe, nicht stillsitzen können)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
10	Ängstlichkeit, Panikgefühl	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
11	Depressive Verstimmung (Mutlosigkeit, Traurigkeit, Weinerlichkeit, Antriebslosigkeit, Sinnlosigkeit)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
12	Entmutigt fühlen, Totpunkt erreichen	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	

Ihr sexuelles Wohlbefinden		keine	leichte	mittlere	starke	heftige	Punkte
13	Gefühl, den Höhepunkt des Lebens überschritten zu haben	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
14	Verminderter Bartwuchs	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
15	Nachlassen der Potenz	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
16	Abnahme der morgentlichen Erektionen	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	
17	Abnahme der Libido (weniger Lust auf Sex)	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	

Gesamtpunktzahl:

Auswertung				
Gesamtpunktzahl	17-26	27-36	37-49	>50
Stärke der Beschwerden	keine	wenig	mittlere	schwere

Ab einer Gesamtzahl vom mehr als 37 Punkten ist ein Testosteron-Check empfehlenswert.
Bitte bringen Sie das ausgefüllte Formular bei Ihrem nächsten Arztbesuch mit - vielen Dank!