



# Männer-Check

## Testosteron-Mangel

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_ Datum \_\_\_\_\_

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

  

Ihr psychisches Wohlbefinden		keine	leichte	mittlere	starke	heftige	Punkte
8	<b>Reizbarkeit</b> (Aggressivität, leicht reizbar, missgestimmt)	①	②	③	④	⑤	
9	<b>Nervosität</b> (innere Anspannung, innere Unruhe, nicht stillsitzen können)	①	②	③	④	⑤	
10	<b>Ängstlichkeit, Panikgefühl</b>	①	②	③	④	⑤	
11	<b>Depressive Verstimmung</b> (Mutlosigkeit, Traurigkeit, Weinerlichkeit, Antriebslosigkeit, Sinnlosigkeit)	①	②	③	④	⑤	
12	<b>Entmutigt fühlen, Totpunkt erreichen</b>	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 von mehr als 37 Punkten ist ein Testosteron-Check empfehlenswert.**  
Bitte bringen Sie das ausgefüllte Formular bei Ihrem nächsten Arztbesuch mit - vielen Dank!