

## Testosteron-Fragebogen

## (AMS-Symptoms-Score nach Heinemann)

Welche der folgenden Beschwerden haben Sie zur Zeit? Geben Sie bitte an, wie stark Sie davon betroffen sind. Wenn Sie eine der genannten Beschwerden nicht haben, geben Sie bitte „keine“ an.

www.upk-essen.de

BESCHWERDEN: (bitte ankreuzen)	Keine 1	Leichte 2	Mittlere 3	Starke 4	Sehr starke 5	PUNKTE
<b>1. Verschlechterung des allgemeinen Wohlbefindens</b> (Gesundheitszustand, subjektives Gesundheitsempfinden)						
<b>2. Gelenk- und Muskelbeschwerden</b> (Kreuz-, Gelenk-, Glieder- oder Rückenschmerzen)						
<b>3. Starkes Schwitzen</b> (unerwartete/plötzliche Schweißausbrüche, Hitzewallungen, unabhängig von Belastung)						
<b>4. Schlafstörungen</b> (einschlaf- oder Durchschlafstörungen zu frühes und müdes Aufwachen, schlecht schlafen, Schlaflosigkeit)						
<b>5. Erhöhtes Schlafbedürfnis</b> (häufige Müdigkeit)						
<b>6. Reizbarkeit</b> (Aggressivität, durch Kleinigkeiten schnell aufgebracht, missgestimmt)						
<b>7. Nervosität</b> (innere Anspannung, innere Unruhe, nicht still sitzen können)						
<b>8. Ängstlichkeit</b> (Panik)						
<b>9. Körperliche Erschöpfung/Nachlassen der Tatkraft</b> (allgemeine Leistungsminderung, Abnahme der Aktivität, fehlende Lust zu Unternehmungen, Gefühl weniger zu schaffen bzw. zu erreichen)						
<b>10. Abnahme der Muskelkraft</b> (Schwächegefühl)						
<b>11. Depressive Stimmung</b> (Mutlosigkeit, Traurigkeit, Weinerlichkeit, Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen, Gefühl der Sinnlosigkeit)						
<b>12. Gefühl, Höhepunkt des Lebens ist überschritten</b>						
<b>13. Entmutigt fühlen, Todpunkt erreicht</b>						
<b>14. Verminderter Bartwuchs</b>						
<b>15. Nachlassen der Potenz</b>						
<b>16. Abnahme der Anzahl der morgendlichen Erektionen</b>						
<b>17. Abnahme der Libido</b> (weniger Spaß an Sex, kaum Lust auf Sexualverkehr)						
<b>GESAMTPUNKTZAHL:</b>						

Gesamtpunktzahl:                    17 – 26            27 – 36            37 – 49            über 50  
 Stärke der Beschwerden:        keine            leichte            mittelstarke        starke

Haben Sie andere wesentliche Beschwerden? Wenn „Ja“ bitte angeben:

### Gesamtpunktzahl 17 – 26:

Es besteht kein Grund zur Beunruhigung. Sie haben keine ausgeprägten Beschwerden. Sobald die Symptome allerdings zunehmen, sollten Sie sich vertrauensvoll an Ihre Ärztin/Ihren Arzt wenden, um Ihre Beschwerden abklären zu lassen.

### Gesamtpunktzahl 27 – 50:

Die Beschwerden sind bei Ihnen leicht, mittelstark oder stark ausgeprägt. Eine der möglichen Ursachen dafür kann ein Nachlassen der körperlichen Testosteron-Produktion (Androgene) sein. Wenden Sie sich bitte mit dem ausgefüllten Fragebogen vertrauensvoll an Ihre Ärztin/Ihren Arzt, um Ihre Beschwerden abklären zu lassen.

Name, Vorname, Geb.-Datum:

Datum der Auswertung:

#### UPK ESSEN

Urologische Gemeinschaftspraxis  
 Priv.-Doz. Dr. med. Tobias Jäger, FEBU  
 Dr. med. Dipl.-Chem. Marc Voswinkel  
 Dr. med. Andre Kavran  
 Dr. med. Walter Exler  
 Dr. med. Johannes Augart  
 Dr. med. Katja Bransmöller  
 (angestellte Ärztin)

#### UROLOGIE AM STERN

Urologische Gemeinschaftspraxis  
 Rüttenscheider Stern 5  
 45130 Essen  
 Tel. 0201 - 60 42 62 und 78 79 60  
 Fax 0201 - 69 44 02  
 kontakt@upk-essen.de

#### UROLOGIE IN WERDEN

Urologische Gemeinschaftspraxis  
 Brückstraße 95  
 45239 Essen  
 Tel. 0201 - 839 12 950  
 Fax 0201 - 839 12 951  
 kontakt@upk-essen.de

#### UROLOGIE AM STADTWALD

Urologische Gemeinschaftspraxis  
 Frankenstraße 250  
 45134 Essen  
 Tel. 0201 - 47 17 25  
 Fax 0201 - 44 46 81  
 kontakt@upk-essen.de