

UniversitätsSpital Zürich **Klinik für Geriatrie**

Testosteron Mangel Was Mann ab 50 wissen sollte

Dr Gregor Freystätter



UniversitätsSpital Zürich **DOHEALTH**

Testosteron in der Presse

Finanzkrise 2008: Bad Market? Blame Men

Robbie Williams 2011:
Ich lasse mir Testosteron spritzen

Rio 2016: Zu schnell für eine Frau?





UniversitätsSpital Zürich **DOHEALTH**

Testosteron Wirkungen

UniversitätsSpital Zürich **Klinik für Geriatrie**



Tatendrang, Libido ↑

Muskelkraft, Muskelmasse ↑

Knochenmasse ↑

Körperfett ↓

Knochenmark:
Produktion roter Blutkörper

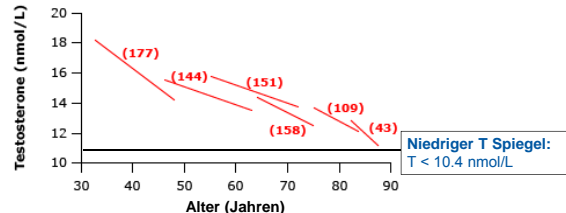
Sexualleben:
Spermaproduktion, Erektion

Harrison's Internal Medicine, Up-to-Date

UniversitätsSpital Zürich **DOHEALTH**

Abnahme des Testosteron Spiegels ab 30. Lebensjahr

UniversitätsSpital Zürich **Klinik für Geriatrie**

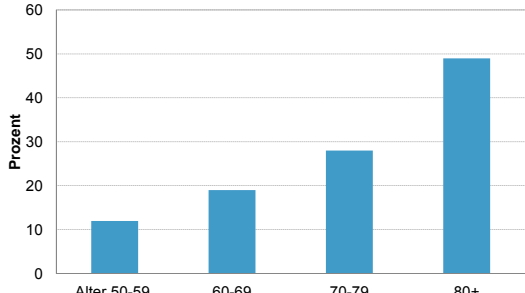


Harman SM et al Longitudinal effects of aging on serum total and free testosterone levels in healthy men. Baltimore Longitudinal Study of Aging. JCEM 2001
S Bhasin et al Testosterone Therapy in Men with Androgen Deficiency Syndromes: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline, JCEM 2010

UniversitätsSpital Zürich **BLSA** BALTIMORE LONGITUDINAL STUDY OF AGING **DOHEALTH**

Testosteron Mangel bei Männern im Alter

UniversitätsSpital Zürich **Klinik für Geriatrie**



Harman SM et al Longitudinal effects of aging on serum total and free testosterone levels in healthy men. Baltimore Longitudinal Study of Aging. JCEM 2001


UniversitätsSpital Zürich **DOHEALTH**

Testosteron und Lebensstil

UniversitätsSpital Zürich **Klinik für Geriatrie**


	JA	NEIN
Sind Sie Nichtraucher?		
Treiben Sie mehr als 3 Stunden Sport pro Woche?		
Trinken Sie weniger als 6 alkoholische Getränke am Tag?		
Essen Sie Fisch \geq 3x pro Woche?		
Essen Sie Fleisch <6x pro Woche?		
Salzen Sie Ihr Essen selten oder nie nach?		
Ist Ihr BMI kleiner als 25 kg/m ² ?		
Konsumieren Sie ausschliesslich fettarme Milch?		

4x JA: T im Alter wahrscheinlich normal
8x JA: Testosteronmangel sehr unwahrscheinlich



Yeap et al. Healthier lifestyle predicts higher circulating testosterone in older men. Clin. Endocrinology 2009

UniversitätsSpital Zürich **DOHEALTH**

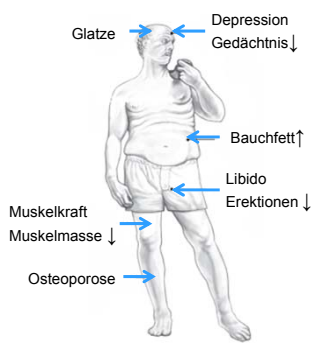


TIME
Manopause?!
Aging, insecurity and the \$2 billion testosterone industry
BY DAVID VON DREILE


Synonyme für Testosteronmangel:
Androgenmangelsyndrom
Männliche Wechseljahre
Aging Male Syndrome (AMS)
ADAM
PADAM

UniversitätsSpital Zürich | Klinik für Geriatrie
DOHEALTH

Testosteron Mangel im Alter



UniversitätsSpital Zürich | Klinik für Geriatrie



DOHEALTH

Diagnose Testosteron Mangel

UniversitätsSpital Zürich | Klinik für Geriatrie

- Geringes sexuelles Verlangen
- Erektile Dysfunktion
- Schwache Morgen-Erektionen
- Verminderte Muskelmasse
- Verminderte Knochendichte
- Depressionen, Gemütschwankungen
- Ermüdbarkeit, verminderte Vitalität
- Verminderte Körperbehaarung

+ Niedriger Morgen Testosteron Spiegel

S Bhasin et al Testosterone Therapy in Men with Androgen Deficiency Syndromes: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline, JCEM 2010

DOHEALTH

Behandlung Testosteron Mangels

UniversitätsSpital Zürich | Klinik für Geriatrie

- Testosteron Gel
- Testosteron Pflaster
- Testosteron Injektionen
- Testosteron Kapseln



DOHEALTH

Männer > 65 Jahre gesucht

UniversitätsSpital Zürich | Klinik für Geriatrie



Klinische Studie
Testosteron & Vitamin D

Informationsbroschüre im Vorraum

DOHEALTH