

Die wichtigsten Anzeichen für Männliche Wechseljahre

Hormon-Ersatztherapie meist nicht notwendig

Köln, September 2014. Für Frauen stellen die Wechseljahre einiges auf den Kopf: Hitzewallungen, Schlafstörungen oder Schwindel sind nur einige Symptome. Doch auch das „starke“ Geschlecht leidet ab dem 50. Lebensjahr unter Hormonumstellungen. Diese männlichen Wechseljahre – medizinisch als Andropause bezeichnet – bringen bei jedem fünften Mann Veränderungen der unangenehmen Art mit sich. Eine Hormon-Ersatztherapie ist hingegen jedoch meist nicht erforderlich.

Dr. Reinhold Schaefer, Geschäftsführer des Ärztenetzwerks Uro-GmbH Nordrhein, erklärt, was es mit den männlichen Wechseljahren auf sich hat: „Genaugenommen stellt die Andropause keine Krankheit dar, sondern eine natürliche Lebensphase, die im Gegensatz zur weiblichen Menopause unspezifischer und weniger ausgeprägt verläuft.“ Etwa ab dem 35. Lebensjahr nimmt bei Männern die Hormon-Produktion langsam ab. Das typische männliche Hormon Testosteron steuert die Sexualfunktionen Libido, Potenz und Fruchtbarkeit. Geraten beim Mann Hormone durcheinander, wirkt sich dies auf Sexualleben, Fruchtbarkeit und Stimmung erheblich aus. Die wichtigsten Indikatoren für die Andropause sind sexueller Natur. „Die meisten Männer stellten fest, dass morgendliche Erektionen seltener auftreten und sich der Sexualtrieb verringert. Zudem leiden einige an erektilen Dysfunktionen.“ Aber auch der Körper ist mit abnehmendem Testosteronspiegel nicht mehr so leistungsfähig. „Kraft aufzuwenden, wie beim Joggen, dem Heben schwerer Gegenstände oder lange Strecken zu laufen sowie Knien und Bücken, fällt nicht mehr so leicht.“ Auch über Schlafmangel, Konzentrationsmangel, Müdigkeit und bisweilen depressive Verstimmungen klagen einige betroffene Männer.

Einige dieser Begleiterscheinungen erfordern zuweilen den Rat eines Urologen. „Wen Symptome psychisch stark belasten, sollte in jedem Fall einen Uro-

Pressekontakt

komm | public! - Romy Robst - Ahornallee 7a - 31303 Ramlingen/Burgdorf
robst@komm-public.de - fon: 05085-98 171-02 – fax: 05085-98 171-01

Direktkontakt

Uro GmbH Nordrhein - Sabine Kapla - Kaiser-Wilhelm-Ring 50 - 50672 Köln
kapla@frielingsdorf.de - fon: 0221-13 98 36-55 - fax: 0221-13 98 36-65

logen aufsuchen“, verdeutlicht Dr. Schaefer. Zur Diagnostik gehört neben einem ausführlichen Gespräch auch eine körperliche Untersuchung, um organische Ursachen für die Beschwerden auszuschließen. Bluttests bestimmen die Konzentration von Sexualhormonen im Blut. Bei erniedrigten Werten spricht vieles für männliche Wechseljahre. Ein Fragebogen hilft zudem, den Schweregrad und die Behandlungsbedürftigkeit zu ermitteln.

„Eine klassische Hormon-Ersatztherapie gibt es bei Männern aber nicht, sie ist aber grundsätzlich nach einer gründlichen urologischen Untersuchung möglich.“ Die Entscheidung dafür sollte jedoch sorgfältig abgewogen werden. Schaefers Erfahrung nach leiden die meisten Männer besonders stark unter dem Verlust ihrer Libido und unter erektilen Dysfunktionen. Je nach Ursache, kommt dann auch die Gabe von sogenannten PD5-Hemmern in Frage. Dafür ist es aber wichtig, das Testosteron im Körper noch in ausreichender Menge zur Verfügung steht. „Einen medikamentösen Jungbrunnen gibt es aber nicht. Viel wichtiger hingegen ist, durch ausreichende Bewegung und gesunde Ernährung das Hormon Testosteron zu erhalten und einem sinkenden Hormon-Spiegel entgegenzuwirken“, schließt Dr. Schaefer.

Nähere Informationen unter www.urologen-nrw.de

Pressekontakt

komm | public! - Romy Robst - Ahornallee 7a - 31303 Ramlingen/Burgdorf
robst@komm-public.de - fon: 05085-98 171-02 – fax: 05085-98 171-01

Direktkontakt

Uro GmbH Nordrhein - Sabine Kapla - Kaiser-Wilhelm-Ring 50 - 50672 Köln
kapla@frielingsdorf.de - fon: 0221-13 98 36-55 - fax: 0221-13 98 36-65