

Testosteron Wann ist Mann ein Mann?

Experten-Tipp: Hormonmangel immer behandeln!

Seit Jahren sind die Wechseljahre der Frauen ein Thema, das sogar talkshow-tauglich wurde. Doch die Symptome, die viele Frauen kennen, finden sich auch bei Männern. Gibt es also neben der Menopause auch die Andropause (griech. andro = Mann)? **Priv.-Doz. Dr. med. Thorsten Siegmund** vom Hormonzentrum München erklärt: „Es gibt definitiv Beschwerden, die mit Hormonmangel zu tun haben, aber anders als bei der Frau kommt es bei Männern in der Regel nicht zu einem schlagartigen Mangel an Geschlechtshormonen. Ihr Hormonspiegel sinkt über viele Jahre hinweg mit zunehmendem Alter oft sehr langsam, sodass sich Männer – anders als Frauen – meist nicht mit Wechseljahrsbeschwerden konfrontiert sehen. Allerdings sind Bluthochdruck, Diabetes oder auch das Bauchfett Feinde des männlichen Hormons Testosteron.“

Symptome wie anhaltende Müdigkeit, Konzentrationschwäche, Schlaflosigkeit, nachlassende Muskelkraft, Libido-Verlust, Schweißausbrüche oder fehlende mentale Belastbarkeit sollten von einem Experten abgeklärt werden. Es könnten sich krankhafte Hormonveränderungen hinter diesen Krankheitszeichen verbergen, die sich meist gut therapieren lassen.

DHEA ist bspw. ein sehr wichtiges Hormon, das – in der Nebenniere produziert – als Vorstufe für andere Sexualhormone wie Testosteron dient. Dr. Siegmund erläutert: „DHEA wurde in der Vergangenheit oft als Anti-Aging-Hormon diskutiert, da es nachweislich zur Leistungsfähigkeit und zum Wohlbefinden alternder Männer beiträgt. DHEA gilt als Antagonist zum Stress-



Die Hormon-Experten
Dr. med. Alexandra
Schoeneich und PD.
Dr. med. Thorsten
Siegmund

hormon Cortisol und schützt deshalb vor stressbedingten Schäden. Erste Studien sprechen sogar davon, dass DHEA eine kardiovaskuläre Schutzfunktion hat und Schlaganfällen und Herzinfarkten vorbeugen kann.“

Ab wann eine Hormonstörung krankhaft ist oder ob es sich um Symptome ganz natürlichen Alters handelt, kann letztlich nur ein Experte beurteilen. Für eine genaue Diagnose ist die Messung des Testosteronwertes allein allerdings nicht ausreichend. Erst wenn typische Beschwerden und klinische Indikatoren zusammen mit mehreren Resultaten der Laboranalytik und ggf. bildgebenden Befunden vorliegen, spricht man von einer Hormonstörung. Dr. Siegmund: „Den Hormonhaushalt des Mannes kann man sich wie das Zusammenspiel von Salz und mehreren Gewürzen in der Küche vorstellen. Wenn das Salz – es steht im Bild für Testosteron – oder ein anderes wichtiges Gewürz fehlt, wird es schwer, einen harmonischen Gesamteindruck hinzubekommen.“ Der Experte betont, wie wichtig es ist, jede Behandlung individuell maßzuschneidern. „Zu viel Salz schmeckt ja bekanntlich auch nicht gut!“, erklärt Dr. Siegmund lachend.

www.hormonzentrum-muenchen.de