



MÄNNERBERATUNG

Liebe Patienten,

Die "Wechseljahre" des Mannes

Wechseljahre und Hormon-Mangel sind nicht nur Sache der Frau - wie Mann früher dachte. Bei Männern ab 50 lassen auch Zeugungsfähigkeit und Hormonbildung nach - meist jedoch langsam und über Jahre hinweg. Und oft sind ein Grund für die "Beschwerden des Älterwerdens" fehlende Hormone. Männer über 50 erleben meist die ersten Anzeichen des Alterungsprozesses: Nachlassen von Muskelkraft und körperlicher Leistungsfähigkeit, Müdigkeit, Reizbarkeit - solche Symptome sind häufig auf Veränderungen im Hormonhaushalt zurückzuführen - ein HORMONTIEF entsteht. Hier greift die Hormonersatz-Therapie, damit Mann sich gut fühlt im Alter.

Um die 50 entdecken Männer oft erste Falten und Geheimratsecken oder manch andere Veränderung wie stärkeren Haarausfall, schwächeren Bartwuchs oder Gewichtszunahme. Bei manchen Männern nimmt die Muskelmasse ab, das Fettgewebe dafür zu. Oder die Brust beginnt zu wachsen, während die Hoden an Größe verlieren. Auch treten bestimmte Erkrankungen wie Atherosklerose oder Diabetes erstmalig auf. Zum Älterwerden können eben ganz unterschiedliche Symptome gehören - von vergleichsweise leichten Störungen bis hin zu ernsthafteren körperlichen und seelischen Problemen.

Hormone machen den Mann zum Mann

Sie sind zum Beispiel für Stimmbruch, Bartwuchs, männlichen Körperbau, Spermienbildung, Bau und Funktion der Geschlechtsorgane, sexuelles Interesse, Potenz - aber auch für Lebensfreude verantwortlich. Darüber hinaus besitzt Mann auch weibliche Hormone - die Östrogene. Sie werden aus den vorhandenen Androgenen gebildet und wirken günstig auf Knochen, Gefäße und den Fettstoffwechsel. Die Senkung der Hormonspiegel sowie Verschiebungen im hormonellen Gleichgewicht werden beim älteren Mann als Auslöser verschiedener Beschwerden angenommen.

Die schlechte Nachricht zuerst: Gegen das Älterwerden ist kein Kraut gewachsen. Und jetzt die gute: Gegen Alters-Beschwerden kann Mann heute viel tun. Hormone spielen dabei eine wichtige Rolle.

Veränderte oder auch sinkende Hormonspiegel führen zu allmählich abnehmender Muskelkraft und -masse, der Anteil an Fettgewebe steigt, die Knochen werden poröser und erste Gelenkbeschwerden treten auf. Chronische Müdigkeit als Folge von Blutarmut kann sich einstellen. Die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sinkt. Darüber hinaus können auch die Lust auf Sex (Libido) und die Potenz vermindert sein.



Die Hormonzentrale im Kopf

Das Zwischenhirn ist die 'Hormonzentrale' des Mannes. Es gibt Signale frei, die in der Hirnanhangdrüse die Hormon-Ausschüttung anregen. Diese Hormone wirken direkt auf die Zellen im Hoden. Vor allem dort wird Testosteron, das wichtigste männliche Hormon, freigesetzt.

95% der männlichen Sexualhormone (Androgene) entstammen den Hoden, 5% den Nebennieren. Zusammen mit einem zweiten Hormon bewirkt das freigesetzte Testosteron die Spermienbildung. Dieser Prozeß dauert vergleichsweise lang - etwa 72 Tage.

Mit einer Hormonersatz-Therapie kann häufig die Lebensqualität und Lebensfreude im Alter deutlich verbessert werden. Dazu finden Sie auf den folgenden Seiten Informationen über das Älterwerden, Beschwerden bei Hormon-Mangel sowie geeignete Therapie-Maßnahmen.

Im persönlichen Arzt-Patientengespräch können Ihre Probleme diskutiert und wirksame Behandlungsformen besprochen werden!

Wir helfen Ihnen gerne!

Ihre Hausarztpraxis und Ihr Praxisteam