



AMS-Fragebogen zu Beschwerden im Zusammenhang mit Testosteron-Mangel

Datum: _____

Name, Vorname _____

	Keine	Leichte	Mittlere	Starke	sehr starke	Punkte
	1	2	3	4	5	
körperliches Wohlbefinden						
1. Verschlechterung des allgemeinen Wohlbefindens (Gesundheitszustand, subjektives gesundheitsempfinden)						
2. Gelenk- und Muskelbeschwerden (Kreuz-, Gelenk-, Glieder- und/oder Rückenschmerzen)						
3. starkes Schwitzen (plötzliche Schweißausbrüche, Hitzewallungen unabhängig von Belastungen)						
4. Schlafstörungen (ein Schlaf- oder Durchschlafstörungen, zu frühes und müdes Aufwachen, schlecht schlafen, Schlaflosigkeit)						
5. erhöhtes Schlafbedürfnis, häufig müde						
6. körperliche Erschöpfung, nachlassender Tatkraft (allgemeine Leistungsminderung, fehlende Unternehmungslust; Gefühl, weniger zu schaffen und zu erreichen)						
7. Abnahme der Muskelkraft, Schwächegefühl						
psychisches Wohlbefinden						
8. Reizbarkeit (Aggressivität, durch Kleinigkeiten schnell aufgebracht, missgestimmt)						
9. Nervosität (innere Anspannung, innere Unruhe, nicht still sitzen können)						
10. Ängstlichkeit, Panikgefühle						
11. Depressiver Verstimmung (Mutlosigkeit, Traurigkeit, Weinerlichkeit, Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen, Gefühl der Sinnlosigkeit)						
12. entmutigt fühlen, Totpunkt erreicht						
sexuelles Wohlbefinden						
13. Gefühl, Höhepunkt des Lebens ist überschritten						
14. verminderter Bartwuchs						
15. nachlassender Potenz.						
16. Abnahme der Anzahl morgendlicher Erektionen						
17. Abnahme der Libido (weniger sparsam, kaum Lust auf Sexualverkehr)						
Gesamtpunktzahl						

Bei einem Ergebnis von mehr als 37 Punkten ist ein Testosteron-Check empfehlenswert.