

AMS-Fragebogen (The Aging Males' Symptoms rating scale)

zur Erfassung der Testosteron-Mangel-Beschwerden beim älter werdenden Mann

Name

Vorname

Geburtsdatum

Datum der Befragung

Die nachfolgenden Fragen beziehen sich auf mögliche Beschwerden, die Sie zur Zeit haben und wurden auf der Basis eines internationalen Standards erstellt. Kreuzen Sie bitte für jede Beschwerde an, wie stark Sie davon betroffen sind. Wenn Sie eine Beschwerde nicht haben, kreuzen Sie bitte „keine“ an.

kein 1	leicht 2	mittel 3	stark 4	sehr stark 5	Punkte =
-----------	-------------	-------------	------------	-----------------	-------------

Körperliches Wohlbefinden

- Verschlechterung des allgemeinen Wohlbefindens**
(Gesundheitszustand, subjektives Gesundheitsempfinden)
- Gelenk- und Muskelbeschwerden**
(Kreuz-, Gelenk-, Glieder- und/oder Rückenschmerzen)
- Starkes Schwitzen**
(plötzliche Schweißausbrüche, Hitzewallungen unabhängig von Belastungen)
- Schlafstörungen**
(Einschlaf- oder Durchschlafstörungen, zu frühes und müdes Aufwachen, schlecht schlafen, Schlaflosigkeit)
- Erhöhtes Schlafbedürfnis, häufig müde**
- Körperliche Erschöpfung/Nachlassen der Tatkraft**
(allgemeine Leistungsminderung, fehlende Unternehmungslust; Gefühl weniger zu schaffen, zu erreichen)
- Abnahme der Muskelkraft, Schwächegefühl**

Psychisches Wohlbefinden

- Reizbarkeit**
(Aggressivität, durch Kleinigkeiten schnell aufgebracht, missgestimmt)
- Nervosität**
(innere Anspannung, innere Unruhe, nicht Stillsitzen können)
- Ängstlichkeit, Panikgefühle**
- Depressive Verstimmung**
(Mutlosigkeit, Traurigkeit, Weinerlichkeit, Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen, Gefühl der Sinnlosigkeit)
- Entmutigt fühlen, Totpunkt erreicht**

Sexuelles Wohlbefinden

- Gefühl, Höhepunkt des Lebens ist überschritten**
- Verminderter Bartwuchs**
- Nachlassen der Potenz**
- Abnahme der Anzahl morgendlicher Erektionen**
- Abnahme der Libido**
(weniger Spaß am Sex, kaum Lust auf Sexualverkehr)

Gesamt:

Auswertung:

Gesamtpunktzahl	17–26	27–36	37–49	>50
Stärke der Beschwerden	keine	wenig	mittlere	schwere

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