

## AMS-Fragebogen (The Aging Males' Symptoms rating scale) zur Erfassung der Testosteronmangel-Beschwerden



Bitte bewerten Sie Ihr Wohlbefinden

	kein 1	leicht 2	mittel 3	stark 4	stärker 5	Punkte =
<b>KÖRPER</b>						
<b>Verschlechterung des allgemeinen Wohlbefindens</b> (Gesundheitszustand, subjektives Gesundheitsempfinden)						
<b>Gelenk- und Muskelbeschwerden</b> (Kreuz-, Gelenk-, Glieder- und/oder Rückenschmerzen)						
<b>Starkes Schwitzen</b> (plötzliche Schweißausbrüche, Hitzewallungen unabhängig von Belastungen)						
<b>Schlafstörungen</b> (Einschlaf- oder Durchschlafstörungen, zu frühes und müdes Aufwachen, schlecht schlafen, Schlaflosigkeit)						
<b>Erhöhtes Schlafbedürfnis, häufig müde</b>						
<b>Körperliche Erschöpfung, Nachlassen der Tatkraft</b> (Allgemeine Leistungsminde- rung, fehlende Unternehmungslust, Gefühl weniger zu schaffen/zu erreichen)						
<b>Abnahme der Muskelkraft, Schwächegefühl</b>						
<b>PSYCHE</b>						
<b>Reizbarkeit</b> (aggressiv, durch Kleinigkeiten schnell aufgebracht, missgestimmt)						
<b>Nervosität</b> (innere Anspannung/Unruhe, nicht Stillsitzen können)						
<b>Ängstlichkeit, Panikgefühle</b>						
<b>Depressive Verstimmung</b> (mutlos, traurig, weinerlich, antriebslos, Stimmungsschwankungen, Gefühl der Sinnlosigkeit)						
<b>Entmutigt fühlen, Totpunkt erreicht</b>						
<b>SEX</b>						
<b>Gefühl, Höhepunkt des Lebens ist überschritten</b>						
<b>Verminderter Bartwuchs</b>						
<b>Nachlassen der Potenz</b>						
<b>Abnahme der Anzahl morgendlicher Erektionen</b>						
<b>Abnahme der Libido</b> (weniger Spaß am Sex, kaum Lust auf Sexualverkehr)						
<b>Summe</b>						

Gesamtpunktzahl	17-26	27-36	37-49	>50
Stärke der Beschwerden	keine	wenig	mittel	schwer

Bei einem Testergebnis von mehr als **37** Punkten  
ist ein Testosteron-Check empfehlenswert

Name

.....

Vorname

.....

Straße

.....

PLZ/Ort

.....

Geb.Datum

.....

Ausfüll-Datum

.....

Den ausgefüllten Fragebogen bitte bei Ihrem nächsten Arztbesuch mitbringen oder an das Gesundheitshaus schicken.