



Während bei der Frau der Östrogenspiegel innerhalb weniger Monate bis Jahre abfällt, handelt es sich beim Mann um ein kontinuierlich langsames Absinken der Testosteronkonzentration ca. ab dem 40. Lebensjahr.

Individuelle Gesundheitsleistungen IGeL

Einige Vorsorgeuntersuchungen werden von den gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen und müssen deshalb vom Patienten selbst gezahlt werden. Falls Sie hierzu Fragen haben, wird Sie Ihre Ärztin/Ihr Arzt gerne beraten.

Empfehlenswerte Hormonanalysen:

Blutentnahme zwischen 7 und 10 Uhr morgens:

Testosteron, SHBG, DHEA-S, Östradiol, IGF1

Andropause



Gibt es Wechseljahre
auch beim Mann?

Bildquelle:
© Andropause Mann-189305936.jpeg (Adobe Stock)



LABOR 28
BERLIN



Labor 28 MVZ GmbH

Mecklenburgische Str. 28 • 14197 Berlin
Tel.: 030 82093-0 • FAX: 030 82093-301
info@labor28.de • www.labor28.de

© Nachdruck nur mit ausdrücklicher
Genehmigung, Labor 28 • 11/2025



SONIC HEALTHCARE
GERMANY

Hormonmangel ...

Symptome

Die auftretenden Beschwerden beim Mann entsprechen weitgehend den typischen Wechseljahrsbeschwerden der Frau, entwickeln sich jedoch schleichend. Da der Hormonabfall von individuell sehr unterschiedlichen Ausgangswerten ausgeht, gibt es auch große individuelle Streuungen bezüglich der auftretenden Symptomatik. Von vielen Endokrinologen wird deshalb die Bestimmung eines basalen Testosteronwertes im 30./40. Lebensjahr empfohlen.

Beschwerden, die auf einen Hormonmangel hinweisen können:

- Nachlassen der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit
- Schlafstörungen, chronische Müdigkeit
- Schwitzen (Schweißausbrüche, Hitzewallungen)
- Gereiztheit, Depressionen
- vermehrter Fettansatz
- Libidoverlust, erektile Dysfunktion

Diagnostische Möglichkeiten

Testosteron wird im Blut überwiegend an Proteine wie SHBG¹⁾ und Albumin gebunden transportiert. Nur ein geringer Teil von ca. 1 bis 3 % des Gesamttestosterons liegt in freier Form und damit biologisch aktiv vor.

Da mit zunehmendem Alter neben dem Absinken der Testosteronkonzentration die SHBG-Konzentration ansteigt, ist es ratsam, Testosteron und SHBG gleichzeitig zu bestimmen.

Daraus lässt sich das freie Testosteron berechnen. Alternativ kann die Konzentration des freien Testosterons direkt gemessen werden.

Da Testosteron abhängig von Tageszeiten in einem zirkadianen Rhythmus mit Maximum in den frühen Morgenstunden sezerniert wird, sollte die Blutentnahme vor 10 Uhr morgens erfolgen.

Bei entsprechenden Beschwerden und erniedrigten Hormonwerten ist die Vorstellung beim Hausarzt oder Urologen ratsam, um die Indikation zur Testosteronsubstitution zu prüfen.

Vorbeugende Maßnahmen

Da auch die Konzentration weiterer Hormone wie DHEA-S²⁾, Östradiol und IGF1³⁾/STH⁴⁾ absinkt, wird im Rahmen der Anti-Aging- und Lifestyle-Medizin auch eine Substitution dieser Hormone (z. B. DHEA⁵⁾ bei DHEA-S-Mangel) diskutiert.

Da bisher keine Studien mit überzeugenden Daten vorliegen, raten die meisten Experten in Deutschland von einer Einnahme dieser Hormone ab.

- | | |
|-----------|---------------------------------------|
| 1) SHBG | Sexualhormonbindendes Globulin |
| 2) DHEA-S | Dehydroepiandrosteron-Sulfat |
| 3) IGF1 | Insulin-like growth factor |
| 4) STH | Somatotropes Hormon (Wachstumshormon) |
| 5) DHEA | Dehydroepiandrosteron |