



Mein 58-jähriger Patient hat deutlich zugenommen. Er klagt über Müdigkeit und Erschöpfung. „Und Lust auf Sex habe ich auch nicht mehr“, sagt der Architekt. „So kenne ich mich gar nicht, Herr Doktor. Ist das das Alter?“ Doch so leicht kann ich seine Frage nicht beantworten. Es gilt, noch einige Untersuchungen zu machen. Zuerst denke ich an eine Depression. Denn wie heißt es bei uns in der Allgemeinmedizin? „Häufiges ist häufig!“

Ist es die Psyche?

Typische Anzeichen einer Depression wären eine vermehrte Grübelneigung, Schlafstörungen, sozialer Rückzug, eine Gewichtszu- oder -abnahme und auch das Gefühl, morgens nicht in die Gänge zu kommen, tagsüber aber eine Besserung zu erleben. Doch der kurze Fragebogen, den ich mit ihm durchgehe, zeigt nichts Auffälliges. Was ist es dann? Ich führe einen Labortest durch. Am nächsten Tag schaue ich mir seine Werte an. Die Schilddrüse arbeitet einwandfrei. Die dort produzierten Hormone beeinflussen nicht nur Herz, Kreislauf oder Wachstum, sondern auch die Gehirntätigkeit. Somit hat die Schilddrüse einen erheblichen Einfluss auf unser seelisches Gleichgewicht. Bildet sie zu

Dr. med. Dierk Heimann
ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.
www.ihr-hausarzt-in-mainz.de

„Warum bin ich so müde, Herr Doktor?“

Manche Medikamente schlagen auf die Psyche

wenig von den Energiehormonen ft3 und ft4, kann das auf die Stimmung und die Libido drücken. Aber auch hier ist alles okay.

Sind die Hormone schuld?

Sind es neue oder höher dosierte Medikamente, die ihm die Lust rauben? Leider gar nicht so selten. Ein Tabu. Häufig wird nicht danach gefragt. Blutdrucksenkler, Kortison-Präparate, selbst Antidepressiva – alles mögliche Stimmungskiller. Als ich meinen Patienten am Telefon danach frage, verneint er: „Ich nehme nichts, Herr Doktor.“ Ist es also doch das Alter? Bei uns Männern nimmt das Sexualhormon Testosteron kontinuierlich ab, je älter wir werden. Das kann vieles im Körper verändern: Stimmung, Vitalität, Muskelaufbau, Leistungsfähigkeit, die Fettverteilung – und eben die sexuelle Lust. Bei meinem Patienten findet sich tatsächlich deutlich zu wenig Testosteron im Blut. Normal sind für einen Erwachsenen Werte zwischen 3,5 und etwa 11,0 µg/l. Mein Patient liegt knapp unter 3 µg/l. Der zu geringe Testosteron-Wert könnte sein Problem erklären.

Alles andere ausschließen!

„Dazu würde auch passen, dass mein Bauch in letzter Zeit dicker geworden ist – obwohl ich normal esse und Sport mache. Können Sie mir dann nicht einfach Testosteron verschreiben?“ Er klingt geradezu euphorisch. Ich dämpfe seine Erwartungen ein wenig. „Ja, Ihre Werte sind zu niedrig, und eine andere Ursache haben wir bislang nicht gefunden. Doch es ist kein Automatismus. Das heißt: Zu wenig Testosteron führt nicht in jedem Fall zu Problemen. Und umgekehrt: Ein Anheben der Werte bedeutet nicht, dass die Symptome auch verschwinden.“ Er seufzt. „Und was heißt das?“ „Nun müssen wir Sie komplett durchchecken lassen.“ Ich rufe einen befreundeten Endokrinologen an, einen Spezialisten für Hormonstörungen. Er bestätigt meine Auffassung und rät ebenfalls erst einmal zu weiterer Diagnostik.

Der wichtige Gesundheits-Check

„Erst wenn sich keine andere Ursache finden lässt, gesundheitlich nichts gegen eine Behandlung spricht und die Werte weiterhin zu niedrig sind, könnte eine Hormontherapie versucht werden“, erkläre ich meinem Patienten. Es dauert etwa drei Monate, bis er alle Untersuchungen hinter sich gebracht hat. Zum Glück kommt nichts dabei heraus. Kein nachweisbares Problem an seiner Hormonregulation. Auch Herz, Gefäß- oder andere Krebserkrankungen bestehen nicht. Nun gilt es noch, eine letzte weitere Ursache auszuschließen: Ein Karzinom der Prostata. Gibt es auch nur den kleinsten Hinweis darauf, darf Testosteron nicht zum Einsatz kommen. Der Urologe findet nichts.

Nicht zu viel erwarten

„Können wir dann endlich anfangen?“, fragt mein Patient mittlerweile etwas ungeduldiger. Ich nicke. „Ja, nun haben wir alles zusammen. Aber leider werden Sie die Kosten für das Testosterongel selbst übernehmen müssen. Das sind etwa 2,50 Euro pro Tag. Die Krankenkasse zahlt nur bei echten Organschäden. Die haben Sie ja zum Glück nicht.“ Mein Patient stimmt zu. „Und wie sind die Aussichten, dass ich wieder mehr Energie habe, mein Bauchfett schwindet, und es auch im Bett wieder besser klappt?“ Ich lächle ihn an. „Versprechen können wir leider nie etwas,

TV-TIPP

Di 16.55 ARTE X:enius Altersforschung: Was passiert im Körper, wenn wir altern? Lässt sich dieser Prozess bremsen?



und eine Wunderdroge ist das Testosteron auch nicht, doch es gibt Hinweise auf seine Wirkung. Mit anderen Worten: ausprobieren.“ Er möchte es versuchen. Ich verschreibe ihm ein Gel in einer Pumpflasche, das er morgens mit zwei Hüben auf den Oberarm auftragen soll. „Wir müssen dann einige Male den Testosteron-Spiegel morgens vor dem Auftragen messen, bis es passt. Wichtig: drei bis fünf Minuten eintrocknen lassen. Und mindestens zwei Stunden mit dem Duschen warten.“

Testosteron ist leider keine Wunderdroge

Vorsicht bei der Anwendung!

Wichtig: Testosteron kann übertragen werden. „Daher waschen Sie bitte gründlich Ihre Hände und duschen Sie am Abend das Zeug runter, bevor Sie sich zu Ihrer Frau ins Bett legen.“ Tatsächlich finden wir schnell die richtige Dosis, zwei Hübe reichen. Bei meinem Patienten bessern sich tatsächlich alle Beschwerden. Auch wenn viele Studien eher von einer schwachen Wirkung berichten. Für meinen Patienten ist es das Richtige. Ich habe ihm die positive Veränderung mit jedem weiteren Besuch angesehen ...