



Dr. Douwes
informiert!



Testosterontherapie

Sinkende Hormonspiegel beim Mann sind nicht nur eine Frage des Alters – Testosteron, Zucker- und Fettstoffwechsel beeinflussen sich gegenseitig. Testosteronmangel kann zum metabolischen Syndrom führen, gekennzeichnet durch Adipositas mit erhöhtem BMI und Bauchumfang, Diabetes Typ II mit erhöhtem Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen und Krebs.

Bis zu 40 % der Männer mit dickem Bauch, gestörtem Stoffwechsel oder auch einem Diabetes mellitus Typ 2 mangelt es am Geschlechtshormon Testosteron. Nach neuesten Erkenntnissen scheinen sich dieser Hormonmangel und chronische Erkrankungen gegenseitig zu bedingen.

In vielen Fällen kann eine Therapie mit Testosteron für die Betroffene einen Ausweg aus diesem Teufelskreis darstellen. Doch bevor man mit einer Substitution beginnt, sollte eine ausführliche Hormonanalyse durchgeführt werden.

Der Testosteronspiegel sinkt ab 40 jährlich um ein bis zwei Prozent: Wie wir jetzt wissen, ist Testosteronmangel aber nicht allein eine Frage des Alters, vielmehr kann er auch eine Folge von Übergewicht und Stress sein. Sobald der Testosteronspiegel abfällt, setzt sich ein Teufelskreis in Gang in Form von Zunahme des Fettgewebes und den damit assoziierten Stoffwechselstörungen. Je größer der Bauch, umso niedriger das Testosteron.

Testosteron beeinflusst beim Mann nicht nur Sexualität und Psyche, es regt den Aufbau von Muskeln und Knochen an und verringert die Fettmasse.

Warum?

Weil Körpergewicht und der Spiegel des männlichen Geschlechtshormons eng zusammenhängen. Testosteron, Zucker- und Fettstoffwechsel beeinflussen sich gegenseitig negativ. Fettleibige und diabetische Männer weisen häufig niedrige Testosteronwerte auf.

Insbesondere das Bauchfett, und damit ein ungünstiges Verhältnis von Taillenumfang und Körpergröße, sind Warnzeichen für Herz-Kreislauferkrankungen und Krebs.

Mit Testosteron Bauchfett verlieren

Mehr als die Hälfte der Männer im Alter von 30 bis 50 Jahren und fast drei Viertel der 50- bis 70-Jährigen ist heute übergewichtig. Jeder fünfte Patient in meiner Praxis leidet unter Testosteronmangel.

Nur eine dauerhafte Gewichtsabnahme kann den Teufelskreis durchbrechen. Dies gelingt in der Praxis aber nur wenigen betroffenen Männern. In dieser Situation kann sich eine Testosteronsubstitution günstig auf Gewicht, Fett- und Muskelmasse und den Stoffwechsel auswirken.

Kleinere Studien belegen derartige Effekte: Mit Testosteron behandelte Männer mit einem Typ 2-Diabetes mellitus verlieren Bauchfett und Gewicht. Das zuckerregulierende Hormon Insulin wirkt bei ihnen besser und der Diabetes lässt sich wirksamer behandeln.

Testosteron ist zwar als Medikament verfügbar, wir verwenden es aber nur in Form von transdermal zu applizierendem bioidentischen Testosteron. Die tägliche Dosis beträgt 7-10 mg/Tag. Das entspricht in etwa der Menge Testosteron, die ein junger Mann täglich produziert. Die Spezialrezeptur kann bei Dr. Douwes angefordert werden.



Dr. med. Friedrich R. Douwes
Facharzt für Innere Medizin
Onkologisch verantwortlicher Arzt
Medikamentöse Tumorthherapie
Ärztlicher Direktor