



Testosteronersatztherapie (Spritze oder Gel)

Sehr geehrter Patient,

Testosteron ist ein wichtiges Hormon, das viele Körperfunktionen beeinflusst. Ein Testosteronmangel (Hypogonadismus) kann zu Beschwerden wie Müdigkeit, Libidoverlust, Erektionsstörungen, Depressionen oder Muskelschwäche führen. Eine Testosteronersatztherapie (TRT) kann helfen, die Symptome zu lindern und das hormonelle Gleichgewicht wiederherzustellen.

1. Ziel der Testosteronersatztherapie

Die Testosteronersatztherapie hat das Ziel:

- Symptome eines Testosteronmangels zu lindern.
- Die Lebensqualität zu verbessern.
- Körperliche und mentale Leistungsfähigkeit zu fördern.
- Knochen- und Muskelmasse zu stabilisieren oder zu verbessern.

2. Formen der Testosteronersatztherapie

A. Testosterongel (Transdermale Therapie)

Das Gel wird täglich auf die Haut (meist Schultern, Oberarme oder Bauch) aufgetragen.

- Anwendung:
 - Eine Tube oder ein Pumpspender wird gemäß der ärztlichen Anweisung aufgetragen.
 - Vermeiden Sie Kontakt mit anderen Personen, bis das Gel eingezogen ist (etwa 5-10 Minuten).
 -



- Vorteile:
 - Einfache und schmerzfreie Anwendung.
 - Stetige und gleichmäßige Hormonabgabe.
 - Flexible Anpassung der Dosis möglich.
- Nachteile:
 - Tägliche Anwendung erforderlich.
 - Risiko der Übertragung des Gels auf andere Personen (Partner/in, Kinder).
 - Hautirritationen möglich.

B. Testosteron-Spritze (Intramuskuläre Injektion)

Das Testosteron wird alle 2-12 Wochen als Depotpräparat in einen Muskel injiziert.

- Anwendung:
 - Die Injektion erfolgt durch den Arzt oder geschultes medizinisches Personal.
- Vorteile:
 - Langfristige Wirkung (keine tägliche Anwendung notwendig).
 - Kein Risiko der Übertragung auf andere Personen.
 - Gleichmäßige Testosteronspiegel bei modernen Langzeitpräparaten.
- Nachteile:
 - Injektionen können unangenehm sein.
 - Risiko von Schwankungen im Testosteronspiegel bei älteren Präparaten.
 - Erfordert regelmäßige Arztbesuche für die Injektion.



3. Vorteile der Testosteronersatztherapie

- Verbesserung der Symptome wie Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Libidoverlust und Stimmungsschwankungen.
- Erhalt der Muskelmasse und der Knochendichte, Reduktion des Osteoporoserisikos.
- Positive Effekte auf die Insulinsensitivität und den Fettstoffwechsel (in einigen Fällen).
- Verbesserung der Lebensqualität und der sexuellen Funktion.

4. Mögliche Nachteile und Risiken

- Nebenwirkungen:
 - Akne oder fettige Haut.
 - Gesteigerter Blutdruck und Wasseransammlungen im Körper.
 - Verminderte Spermienproduktion, was die Fruchtbarkeit beeinträchtigen kann.
- Langfristige Risiken:
 - Gesteigertes Risiko für Polyglobulie (erhöhter Hämatokrit), was das Risiko für Blutgerinnsel erhöht.
 - Unsicherheiten hinsichtlich der Langzeitwirkung auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Prostatagesundheit.
- Wichtig: Regelmäßige Kontrollen des Testosteronspiegels, des Blutbildes (Hämoglobin, Hämatokrit) und der Prostata (PSA-Wert) sind notwendig, um Risiken zu minimieren.

5. Wichtige Hinweise

- Die Therapie sollte nur bei einem nachgewiesenen Testosteronmangel erfolgen, der mit Beschwerden einhergeht.
- Besprechen Sie Ihre individuellen Symptome und Lebensumstände mit Ihrem Arzt, um die geeignete Therapieform (Gel oder Spritze) zu wählen.
- Während der Therapie sind regelmäßige Kontrolluntersuchungen erforderlich:



- Testosteronspiegel.
- Leberwerte.
- Hämatokrit und Hämoglobin.
- PSA-Wert und Prostatauntersuchungen.

6. Kostenübernahme

Die Kosten für eine Testosteronersatztherapie werden in der Regel von den gesetzlichen und privaten Krankenkassen übernommen, wenn ein medizinisch gesicherter Testosteronmangel vorliegt.

7. Fazit

Eine Testosteronersatztherapie kann die Lebensqualität erheblich verbessern, erfordert jedoch eine sorgfältige medizinische Überwachung. Die Wahl zwischen Gel und Spritze hängt von Ihren individuellen Bedürfnissen und Vorlieben ab.

Für weitere Fragen oder zur Terminvereinbarung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen,
Ihr Praxisteam