

## Andropause

Die **männlichen Wechseljahre (Andropause)** beschreiben einen fortschreitenden, vergleichsweise langsamen und nur teilweisen Rückgang der Androgen-Sekretion und -Konzentration des Mannes.

Es handelt sich dabei um die Sexualhormone Dehydroepiandrosteron (DHEA) und insbesondere Testosteron.

**Die Andropause kann bei einigen Männern mit einer schrittweisen Einschränkung der Sexualität, Stimmung und Energie einhergehen.**

Wie bei den Frauen beginnt die Andropause der Männer in einer Lebensphase, die oft große Anforderungen stellt.

Vor der Verordnung einer **Testosteronsubstitutions-Therapie** ist eine gründliche Untersuchung und diagnostische Abklärung erforderlich.

Die Darreichungsformen für Testosteron haben sich in den letzten Jahren hinsichtlich Bioverfügbarkeit, Wirkung und Akzeptanz des Mannes verbessert.

Eine **orale Testosteron-Substitution** (Tablettenform) hat den Vorteil, dass sie relativ einfach zu handhaben ist. Nachteile sind jedoch die unsichere Wirkung aufgrund der stark schwankenden Serumspiegel. Das liegt unter anderem daran, dass die Menge des Wirkstoffs, die tatsächlich vom Körper aufgenommen wird, sehr stark vom Zeitpunkt der Einnahme nach dem Essen und vom Fettgehalt des Essens abhängig ist. Deshalb ist eine korrekte Dosierung schwierig. Ein weiterer Nachteil ist die Notwendigkeit einer mehrmaligen Einnahme pro Tag. Daher spielt diese Darreichungsform heutzutage eine untergeordnete Rolle.

Bei der **intramuskulären Injektion** hält die Wirkung etwa 2-4 Wochen an, bei einem Langzeit-Depot sind auch 3 Monate Wirkdauer möglich. Danach ist eine erneute Injektion erforderlich. Nachteile sind Nebenwirkungen wie beispielsweise Hypertonie (Bluthochdruck), Polyglobulie (Vermehrung der roten Blutkörperchen) oder auch Dyslipidämie (Fettstoffwechselstörung).

Leichte Hormonmangelzustände können mit Hilfe eines **Hormonpflasters** über die Haut behandelt werden. Leider führt das Pflaster bei vielen Patienten zu Hautirritationen.

Ein **testosteronhaltiges Gel**, das täglich einmal auf Oberarme, Schulter und/oder den Bauch aufgetragen wird, enthält eine tägliche Einzeldosis Testosteron. Es werden Einzeldosen von 25 mg oder 50 mg Testosteron angeboten. Das hautfreundlichere Gel ist eine bequeme und einfache Form, einen Hormonmangel auszugleichen. Die Hautirritationen, die bei der Pflasterapplikation häufig auftraten, sind beim Gel nur noch selten. Weitere Nebenwirkungen treten nicht auf.

Die Substitution sollte zunächst auf 3-6 Monate begrenzt werden und die Fortführung davon abhängig gemacht werden, ob sich eine Verbesserung der subjektiven Beschwerden und der objektiven Befunde einstellt.

Männer, die mit Testosteron behandelt werden, sollten unbedingt **regelmäßige fachurolologische, andrologische Kontrollen** in Anspruch nehmen. Empfehlenswert sind zweimal jährlich durchgeführte Kontrolluntersuchungen inklusive rektale Palpation der Prostata und rektale Prostatasonographie.

Insbesondere sollte regelmäßig - im ersten Jahr vierteljährlich, ab dem zweiten Jahr halbjährlich - das PSA (Prostata-spezifische Antigen) überprüft werden.