



Name \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_ Geb. Datum \_\_\_\_\_

Ja		Nein	
Diabetes mellitus Typ 2:		Chronische Nierenerkrankung:	
Fettstoffwechselstörung:		chronisch obstruktive Lungenerkrankung:	
Bluthochdruck:		Osteoporose:	

**WIE FÜHLEN SIE SICH KÖRPERLICH?**

◀ Grad der Beschwerden ▶  
keine    leichte    mittlere    starke    sehr starke

- Verschlechterung des allgemeinen Wohlbefindens  
Gesundheitszustand, subjektives Gesundheitsempfinden
- Gelenk- und Muskelbeschwerden, Kreuz-, Gelenk-, Glieder- und/oder Rückenschmerzen
- Starkes Schwitzen, plötzliche Schweißausbrüche, Hitzewallungen, unabhängig von Belastungen
- Schlafstörungen: Einschlaf- oder Durchschlafstörungen, zu frühes und müdes Aufwachen, schlecht schlafen, Schlaflosigkeit
- Erhöhtes Schlafbedürfnis, häufig müde
- Körperliche Erschöpfung, Nachlassen der Tatkraft  
allg. Leistungsminderung, fehlende Unternehmungslust, Abnahme der Aktivität, Gefühl, weniger zu schaffen, etc.
- Abnahme der Muskelkraft, Schwächegefühl

**WIE IST IHR PSYCHISCHES WOHLBEFINDEN?**

- Reizbarkeit, Aggressivität, durch Kleinigkeiten schnell aufgebracht, missgestimmt
- Nervosität, innere Anspannung, innere Unruhe, nicht stillsitzen können
- Ängstlichkeit, Panik
- Depressive Verstimmung, Mutlosigkeit, Traurigkeit, Weinerlichkeit, Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen, Gefühl der Sinnlosigkeit
- Entmutigt fühlen, Totpunkt erreicht

**WIE STEHTES UM IHR SEXUELLES WOHLBEFINDEN?**

- Gefühl, Höhepunkt des Lebens ist überschritten
- Verminderter Bartwuchs
- Nachlassen der Potenz
- Abnahme der Anzahl morgendlicher Erektionen
- Abnahme der Libido  
Weniger Spaß am Sex, kaum Lust auf Sexualverkehr

**EINORDNUNG DER ERGEBNISSE**

Gesamtpunktzahl:    **17-26**    **27-36**    **37-49**    **>50**  
                                   ⇓            ⇓            ⇓            ⇓  
 Stärke der Beschwerden: **keine**    **wenig**    **mittlere**    **schwere**

**AUSWERTUNG IHRER PUNKTE**



\*The Aging Males' Symptoms rating scale. Cultural and linguistic validation into English; Heinemann et al., The Aging Male 2001;4(1): 14-22. Diese hier abgebildete Version des Fragebogens unterscheidet sich unwesentlich vom Originalfragebogen.