Imate li nedostatak testosterona?

	ne	blago	umjereno	jako	vrlo jako	Bodovi
	1	2	3	4	5	
1. Osjećaj da se Vaše opće stanje pogoršava (zdravstveno stanje općenito, subjektivni osjećaj)	○	○	○	○	○	____
2. Bol u zglobovima i mišićima (bol u križima, bol u zglobovima, bol u rukama/nogama, općenito bol u leđima)	○	○	○	○	○	____
3. Pretjerano znojenje (neočekivana/iznenadna pojava znojenja, valovi vrućine bez obzira na učinjeni napor)	○	○	○	○	○	____
4. Poteškoće sa spavanjem (otežano zapadanje u san, otežan san bez prekida, rano buđenje i osjećaj umora, loš san, nesanica)	○	○	○	○	○	____
5. Povećana potreba za spavanjem, čest osjećaj umora	○	○	○	○	○	____
6. Razdražljivost (osjećaj agresivnosti, lako se razljutite)	○	○	○	○	○	____
7. Nervoza (unutarnja napetost, nemir, osjećaj uznemirenosti)	○	○	○	○	○	____
8. Tjeskoba (osjećaj panike)	○	○	○	○	○	____
9. Tjelesna iscrpljenost/nedostatak vitalnosti (opće smanjenje sposobnosti funkcioniranja, smanjena aktivnost, gubitak zanimanja za zabavne aktivnosti, osjećaj da niste dovoljno učinili, da ste premalo postigli; osjećaj da se morate siliti na obavljanje aktivnosti)	○	○	○	○	○	____
10. Smanjenje mišićne snage (osjećaj slabosti)	○	○	○	○	○	____
11. Depresivno raspoloženje (neraspoloženje, tuga, raspoloženje na rubu plača, nedostatak dinamičnosti, kolebanja raspoloženja, osjećaj da ništa nije ni od kakve koristi)	○	○	○	○	○	____
12. Osjećaj da ste prošli svoj vrhunac	○	○	○	○	○	____
13. Osjećaj potrošenosti, osjećaj da ste došli do dna	○	○	○	○	○	____
14. Sporiji rast brade	○	○	○	○	○	____
15. Smanjena sposobnost/učestalost spolnih odnosa	○	○	○	○	○	____
16. Smanjen broj jutarnjih erekcija	○	○	○	○	○	____
17. Slabiji spolni nagon/libido (izostanak uživanja u seksu, nedostatak potrebe za spolnim odnosom)	○	○	○	○	○	____
					Suma	____

Bodovi:	17-26	27-36	37-49	>50
Simptomi:	nema	slabi	umjereni	teški

U slučaju da je zbroj bodova 27 i više uputno je obratiti se liječniku.

www.get-back-on-track.com