

AMS (idősödő férfiak tünetei) kérdőív

Az alábbi tünetek közül melyeket észleli Ön jelenleg? Kérjük, jelölje be az egyes tüneteknél az Önnél jelentkező súlyossági fokot. Azoknál a tüneteknél, amelyeket nem észlel, jelölje meg a „Nincs” alatti kört.

TÜNETEK

	Nincs	Enyhe	Mérsékelt	Súlyos	Nagyon súlyos
Pontszám	1	2	3	4	5
1. Az általános jó közérzet csökkenése (általános egészségi állapot, szubjektív megítélés)					
2. Ízületi és izomfájdalom (derékfájás, ízületi fájdalom, végtagfájdalom, általános hátfájás)					
3. Erős izzadás (váratlan/hirtelen leizzadás, megterheléstől függetlenül jelentkező arckipirulás /hőhullám)					
4. Alvási problémák (nehezen alszik el, nem alussza át az éjszakát, korán ébred és fáradtnak érzi magát, rosszul alszik, álmatlanságban szenved)					
5. Megnövekedett alvási igény, gyakori fáradtságérzet					
6. Ingerlékenység (agresszívnak érzi magát, könnyen feldühödik apró dolgokon, hangulatváltások)					
7. Idegesség (belső feszültség, nyugtalanság, nyughatatlanság)					
8. Szorongás (pánikérzet)					
9. Fizikai kimerültség / életerő hiánya (általános teljesítménycsökkenés, csökkent aktivitás, a szabadidős tevékenységek iránti érdeklődés hiánya, csökkent teljesítőképesség és eredményesség érzete, kényszerítenie kell magát a feladatok elvégzésére)					
10. Az izomerő csökkenése (gyengeségérzet)					
11. Depresszió (lehangoltság) (lehangolt, szomorú, időnként a sírás határán van, nincs energiája, hangulatváltásai vannak, úgy érzi, minden értelmetlen)					
12. Úgy érzi, már túl van élete csúcspontján					
13. Kiegyettnak érzi magát, maga alatt van					
14. Lassul a szakáll növekedése					
15. Csökken a szexuális teljesítőképessége és ritkábban kívánja a szeretkezést					
16. Csökken a reggeli erekciók száma					
17. Szexuális vágy / libidó csökkenése (nem élvezzi a szexet, nem kívánja a szexuális együttlétet)					

Van-e egyéb jelentős tünete?

igen nem

Ha igen, kérjük, írja le: _____