

# Männerheilkunde im Herzen von Zürich

Im Andrologiezentrum Zürich (AZZ) findet Mann Hilfe.  
Zwei der häufigsten Anliegen sind Testosteronmangel und eine verminderte Spermienqualität.

**W**ährend der Begriff Gynäkologie den meisten geläufig ist, trifft man bei der Erwähnung von Andrologie oftmals auf Schulterzucken. «Wir Ärzte im Andrologiezentrum Zürich befassen uns mit den Störungen der Fruchtbarkeit, der Hormonproduktion und der Sexualfunktionen des Mannes», erklärt Dr. David Zimmermann, Spezialist für Andrologie und Facharzt Urologie im Uroviva-Netzwerk. Zwei der häufigsten Gründe, die Männer ins AZZ führen, sind der Hypogonadismus sowie Fertilitätsprobleme.

## Alleskönner Testosteron

In der Alltagssprache bezeichnet man den Hypogonadismus oftmals als Testosteronmangel. Viele werden dabei zuerst an eine verminderte Potenz denken, Testosteron hat jedoch wichtige Funktionen im ganzen Körper. «Testosteron ist weit mehr als nur ein männliches Sexualhormon, sondern hat als Steuermittel auf zahlreiche Organe einen wichtigen Einfluss», betont Dr. Zimmermann. Im Kindes- und Jugendalter ist das Hormon für die Entwicklung der Geschlechtsmerkmale verantwortlich, im Erwachsenenalter trägt es wesentlich zur Vitalität und Lebensqualität bei. Testosteron ist für Muskeln, Haut, Knochen, Gehirn und Spermienproduktion unentbehrlich. Es reguliert die Fettregulation, den Blutzuckerspiegel und hat Einfluss auf die Knochendichte und das Muskelwachstum. Ausserdem spielt es eine wichtige Rolle für die Sexualfunktionen, die kognitive Leistungsfähigkeit und für die Prävention von Depressionen.

## Risikogruppe Hypogonadismus

«Zwei bis sechs Prozent der 40-79-jährigen Männer leiden an Hypogonadismus, je nach Risikogruppe wird diese Zahl höher geschätzt.» weiss Dr. Zimmermann.

Menschen mit Übergewicht, Zuckerkrankheit, Bluthochdruck oder Fettstoffwechselstörungen haben ein deutlich höheres Risiko einen Testosteronmangel zu entwickeln. Auch gewisse Medikamente und Drogen sowie eine Chemotherapie können den Hormonhaushalt beeinträchtigen. «Klassische Frühsymptome eines Testosteronmangels sind Libidoverlust und Antriebslosigkeit, gefolgt von Depressionen und Potenzstörungen», informiert Dr. Zimmermann. «Viele Betroffene klagen auch über Konzentrationsstörungen und Stimmungsschwankungen.»

## Viele Wege zur Besserung

Hypogonadismus kann auf viele Arten behandelt werden. «Zunächst ist es wichtig, bestehende Risikofaktoren zu erkennen und zu behandeln. Hierzu kann die Behandlung einer unerkannten Zuckerkrankheit oder eines erhöhten Blutdrucks gehören. Ein weiterer wichtiger Bestandteil der Therapie ist eine Verbesserung des Lebensstils mit ausgewogener Ernährung und regelmässiger Bewegung», so Dr. Zimmermann. Häufig ist auch eine Testosteronersatztherapie notwendig. «Im Idealfall führt die zurückgewonnene Vitalität auch zu einer Verbesserung der Lebensgewohnheiten», erzählt Dr. Zimmermann.

## Spermienqualität sinkt

Fertilitätsprobleme betreffen immer mehr Männer, da es einen beunruhigenden Rückgang der Spermienzahl gibt. «Im Jahr 2019 wurde eine Schweizer Studie publiziert, die besagt, dass 62 Prozent der jungen Schweizer Männer eine eingeschränkte Spermienqualität haben», berichtet die Spezialistin für Andrologie und Fachärztin Urologie Dr. Marlies Maatje vom AZZ.

Dies bedeutet aber nicht, dass alle dieser Männer unfruchtbar sind, sondern dass das Erreichen einer Schwangerschaft zum Beispiel länger dauern kann. Natürlich sind auch hier die weiblichen Faktoren wichtig. Einschränkungen können durch mehrere Faktoren verursacht werden. «Lebensstil, gewisse Medikamente, Geschlechtskrankheiten, Umweltfaktoren und genetische Defekte haben Einfluss auf die Spermienproduktion», weiss Dr. Maatje. «Ausserdem kann es durch Chemo- oder Strahlentherapie bei einer Tumorerkrankung zu einer erheblichen Einschränkung der Spermienqualität bis hin zur Unfruchtbarkeit kommen.»

Neben dem Problem der verminderten Spermienqualität konnte die Medizin in den letzten Jahrzehnten einen Anstieg der Fälle von Hodenkrebs, Hodenhochstand und Testosteronmangel beobachten. «Höchstwahrscheinlich gibt es hier einen Zusammenhang», vermutet Dr. Maatje. «Darum ist eine andrologische Abklärung so wichtig.»

## Gesunder Lebensstil das A und O

Es gibt viele Wege, wie Mann seiner Fertilität Sorge tragen kann. Eine ausgewogene Ernährung und regelmässige Bewegung tragen zur Spermienqualität bei. Rauchen, Drogen, übermässiger Alkoholkonsum haben derweil einen negativen Einfluss auf die Spermienqualität und sollten somit vermieden werden. Der Einsatz von Anabolika kann die Samenzellenproduktion gar vollständig hemmen.

«Bei Fertilitätsproblemen kann eine andrologische Abklärung manchmal eine invasive Behandlung verhindern», informiert Dr. Maatje. «Ein multidisziplinäres Team ist hier nützlich.»



Dr. Marlies Maatje



Dr. David Zimmermann

## Der Weg zum Wunschkind

Der Auslöser eines Fertilitätsproblems kann unterschiedlicher Natur sein, daher gibt es verschiedene Behandlungsansätze. «Eine eventuelle Entzündung oder Geschlechtskrankheit kann man oft mit Antibiotika behandeln. Wenn ein hormonelles Problem zugrunde liegt, kann in speziellen Fällen durch eine Hormontherapie eine deutliche Verbesserung erreicht werden», informiert Dr. Maatje. «Auch die Operation einer Krampfader im Hodensack kann die Chancen auf eine Schwangerschaft bei der Partnerin manchmal erhöhen.» In besonderen Fällen ist es auch möglich, Spermien im Rahmen einer Operation aus Hoden oder Nebenhoden zu gewinnen. Diese Samenzellen können dann für eine künstliche Befruchtung verwendet werden. Dr. Maatje ist optimistisch: «Für die Zukunft hoffen wir, dass wir mit neuen Erkenntnissen in der Lage sein werden, ein Paar mit Fruchtbarkeitsproblemen bei der Kinderwunschplanung noch besser begleiten zu können.»

[www.maennerarzt.ch](http://www.maennerarzt.ch)

**uroviva**  
ANDROLOGIE ZENTRUM

TEXT FATIMA DI PANE