

40 YAŞINDAN YUKARI ERKEKLER İÇİN SORU FORMU

Soyadı: _____ Adı: _____

Doğum tarihi: _____ Anket tarihi: _____

Şu anda aşağıdaki hangi şikayetlerden mustaripsiniz? Lütfen bunlardan ne kadar etkilendiğinizi belirtin. Sözü geçen şikayetlerden birine sahip değilseniz lütfen "yok" şeklinde yanıtlayınız.

	yok 1	hafif 2	orta 3	güçlü 4	çok güçlü 5	Şikâyet = Puan
Genel sağlık durumunun kötüleşmesi (Sağlık durumu, kişisel sağlık algısı)	☐	☐	☐	☐	☐	
Eklem ve kas rahatsızlıkları (Sağrı kemiği, mafsalsal, eklem ve sırt ağrıları)	☐	☐	☐	☐	☐	
Aşırı terleme (beklenmedik/ani ter basmaları, aşırı sıcaklık, zorlanmadan bağımsız olarak)	☐	☐	☐	☐	☐	
Uyku bozuklukları (uyuma zorluğu, deliksiz uyuyamama, çok erken ve yorgun uyanma, kötü uyku, uykusuzluk)	☐	☐	☐	☐	☐	
Aşırı uyuma ihtiyacı, genellikle yorgun	☐	☐	☐	☐	☐	
Fiziksel yorgunluk/Enerji azalması (genel anlamda performans azalması; aktivite azalması, bir şeyler yapma arzusu isteksizliği; daha az şey yaratma ve başarma duygusu; bir şeyler yapmak için kendini motive etme zorunluluğu)	☐	☐	☐	☐	☐	
Kas gücü kaybı (Halsizlik)	☐	☐	☐	☐	☐	
Asabiyet (Saldırganlık, küçük şeylere hemen kızma, huysuzluk)	☐	☐	☐	☐	☐	
Sinirlilik (iç gerginliği, iç huzursuzluğu, sakin oturamama)	☐	☐	☐	☐	☐	
Anksiyete (panik)	☐	☐	☐	☐	☐	
Depressif duygudurum bozukluğu (Cesaretsizlik, üzüntü, ağlamaklı olma, isteksizlik, duygudurum dalgalanmaları, anlamsızlık duygusu)	☐	☐	☐	☐	☐	
Kendini cesareti kırılmış, ölü noktaya ulaşmış hissetmek	☐	☐	☐	☐	☐	
Hayatın doruk noktasının aşıldığı hissi	☐	☐	☐	☐	☐	
Sakal çıkmasının azalması	☐	☐	☐	☐	☐	
Cinsel gücün azalması	☐	☐	☐	☐	☐	
Sabahları ereksiyon sayısının azalması	☐	☐	☐	☐	☐	
Libido azalması (seksten daha az zevk alma, cinsel ilişkiye neredeyse ilgi duymama)	☐	☐	☐	☐	☐	

TOPLAM PUAN SAYISI _____

40 YAŞINDAN YUKARI ERKEKLER İÇİN SORU FORMU

DEĞERLENDİRME

Toplam puan sayısı	17–26	27–36	37–49	≥ 50	37'den büyük bir toplam puan sayısından itibaren testosteron seviyesin ölçülmesi önerilir.
Şikâyetlerin şiddeti	☐ yok	☐ hafif	☐ orta	☐ ağır	

Toplam puan sayısı 17 ila 26

Endişeye gerek yoktur. Sizde belirgin bir rahatsızlık yok. Ancak belirtiler arttığı takdirde, şikâyetlerinizi netleştirmek için güvenle doktorunuza başvurmalısınız.

Toplam puan sayısı 27 ila 50

Sizdeki rahatsızlıklar hafif, orta veya ağır derecede. Bunun olası nedenlerinden biri vücudunuzdaki testosteron üretiminin (androjenler) azalması olabilir. Şikâyetlerinizi netleştirmek için doldurduğunuz soru formu ile birlikte güvenle doktorunuza başvurunuz.

Kaynak: Heinemann et al.: The Aging Males' Symptoms (AMS) rating scale. Cultural and linguistic validation into English. The Aging Male 2001; 4 (1): 14–22.

LÜTFEN SADECE DEĞERLERİ BİLDİĞİNİZ TAKDİRDE DOLDURUN!

Bel çevresi (cm) _____ Boy (cm) _____ Kilo (kg) _____ Tansiyon (mmHg) _____ / _____

Tarih/Hastanın imzası:
