

Journal für  
**Urologie und Urogynäkologie**

Zeitschrift für Urologie und Urogynäkologie in Klinik und Praxis

**Kasuistik: 55-jähriger  
Versicherungsmakler mit  
körperlichem und psychischem  
Erschöpfungssyndrom**

Heufelder AE

*Journal für Urologie und*

*Urogynäkologie 2004; 11 (1)*

*(Ausgabe für Deutschland), 49*

Homepage:

**[www.kup.at/urologie](http://www.kup.at/urologie)**

**Online-Datenbank mit  
Autoren- und Stichwortsuche**

**Indexed in Scopus**

**Member of the**



**[www.kup.at/urologie](http://www.kup.at/urologie)**

**Krause & Pachernegg GmbH · VERLAG für MEDIZIN und WIRTSCHAFT · A-3003 Gablitz**

**P. b. b. 022031116M, Verlagspostamt: 3002 Purkersdorf, Erscheinungsort: 3003 Gablitz**

**Unsere Räucherkegel** fertigen wir aus den feinsten **Kräutern** und **Hölzern**, vermischt mit dem wohlriechenden **Harz** der **Schwarzföhre**, ihrem »Pech«. Vieles sammeln wir wild in den Wiesen und Wäldern unseres **Bio-Bauernhofes** am Fuß der Hohen Wand, manches bauen wir eigens an. Für unsere Räucherkegel verwenden wir reine **Holzkohle** aus traditioneller österreichischer Köhlerlei.

»Eure Räucherkegel sind einfach wunderbar.  
Bessere Räucherkegel als Eure sind mir nicht bekannt.«  
– Wolf-Dieter Storl

synthetische  
**OHNE**  
Zusätze

# Waldweihrauch

»Feines Räucherwerk  
aus dem *Schneeberg*«  
L A N D



[www.waldweihrauch.at](http://www.waldweihrauch.at)

## 55-JÄHRIGER VERSICHERUNGSMAKLER MIT KÖRPERLICHEM UND PSYCHISCHEM ERSCHÖPFUNGSSYNDROM

Von Prof. Dr. A. Heufelder, München

55-jähriger Versicherungsmakler, bis auf Grenzwert-Hypertonie (145/88 mmHg) keine Vorerkrankungen. Jetzt Vorstellung mit seit 8 Monaten bestehendem körperlichem und psychischem Erschöpfungssyndrom, nachlassender Libido, zunehmender erektiler Dysfunktion, Erinnerungslücken, nachlassender Durchsetzungsfähigkeit und Effektivität im Beruf, ferner mit erheblichen Stimmungsschwankungen, vermehrter Neigung zu Grübeln, Depression, Lebens- und Zukunftsängsten. Kaum Zeit für körperliche Fitneß-Aktivitäten. Hektischer, unregelmäßiger Lebensstil, wahllose Ernährung, moderater Alkoholkonsum (an Wochenenden und bei Geschäftsessen liberal), moderater Nikotinkonsum (8 Zig./Tag).

Größe 184 cm, Gewicht 97 kg, Bauchumfang 101 cm. Normaler körperlicher Untersuchungsbefund, normaler Status von Hoden und Prostata. Normale Behaarung. Viszerale Adipositas. RR links 150/88 mmHg, rechts 148/90 mmHg.

Labor: Freier Androgenindex 36 % (normal: 50–65 %), LH und Prolaktin normal, FSH deutlich erhöht, TSH 2,28 mU/L, Hb 13,6 g/dl, PSA 2,7 ng/dl, LDL-C 169 mg/dl, HDL-C 45 mg/dl, Homocystein 88 % über Norm, Selen 56 % unter Norm, Zink 42 % unter Norm, Nüchtern-Insulin und C-Peptid erhöht.

Osteodensitometrie: Z-Score -1,2.

Prostata-Sonographie: unauffällig.

### Diagnosen

Arterieller Hypertonus, viszerale Adipositas, V.a. Insulinresistenz, Dyslipidämie, Hyperhomocysteinämie, Androgen-Mangelsyndrom, psycho-physisches Erschöpfungssyndrom.

### Therapie

Lifestyle-Beratung, Ernährungsumstellung, Steigerung der körperlichen Fitneß, Streß-Managementprogramm, Nikotinentwöhnung, ferner Androgel 50 mg einmal täglich, Statin, ASS 100, Selen 200 mcg/Tag, Zink 15 mg/Tag, Kalzium 1000 mg/Tag, Substitution mit B-Vitaminen und Folsäure.

### Verlauf

Nach 6 Wochen deutliche Besserung von Stimmungslage, Streß-Toleranz, Libido, Sexualfunktionen und Allge-

meinbefinden. Nikotinkarenz. Nach 3 Monaten Normalisierung der Stimmung und Libido, Verbesserung der erektilen Funktion, Zunahme der aeroben Kapazität, Zuwachs an Muskulatur (+4 %), Reduktion der viszeralen Fettmasse (-5 %). RR jetzt 138/84 mmHg.

Labor (nach 3 Monaten): freier Androgen-Index 51 %, Hb 14,9 g/dl, PSA 2,2 ng/dl, LDL-C 148 mg/dl, HDL-C 51 mg/dl, Homocystein 15 % über Norm, Selen und Zink im Normbereich. Nüchtern-Insulin und C-Peptidspiegel im Normbereich.

Körpermaße: Größe 184 cm, Gewicht 93,5 kg, Bauchumfang 96,5 cm.

### Bewertung des Therapieerfolges

Subjektiv erhebliche Verbesserung der allgemeinen Leistungsfähigkeit, der Stimmungslage, der beruflichen Effektivität, deutliche Besserung von Libido und Sexualität (Skala 1–100; initial 28 Punkte, nach 3 Monaten 79 Punkte), Besserung von Allgemeinbefinden und Vitalität (Skala 1–100; initial 19 Punkte, nach 3 Monaten 81 Punkte).

Objektiv deutliche Verbesserung des somatischen und psychischen Status. Laborchemische Besserung div. Parameter (s.o.). Nahezu alle Ziele der Lifestyle-Optimierung erreicht.

Nebenwirkungen: keine. Hautverträglichkeit des Gels problemlos.

# Mitteilungen aus der Redaktion

## Besuchen Sie unsere zeitschriftenübergreifende Datenbank

[Bilddatenbank](#)

[Artikeldatenbank](#)

[Fallberichte](#)

## e-Journal-Abo

Beziehen Sie die elektronischen Ausgaben dieser Zeitschrift hier.

Die Lieferung umfasst 4–5 Ausgaben pro Jahr zzgl. allfälliger Sonderhefte.

Unsere e-Journale stehen als PDF-Datei zur Verfügung und sind auf den meisten der marktüblichen e-Book-Readern, Tablets sowie auf iPad funktionsfähig.

[Bestellung e-Journal-Abo](#)

## Haftungsausschluss

Die in unseren Webseiten publizierten Informationen richten sich **ausschließlich an geprüfte und autorisierte medizinische Berufsgruppen** und entbinden nicht von der ärztlichen Sorgfaltspflicht sowie von einer ausführlichen Patientenaufklärung über therapeutische Optionen und deren Wirkungen bzw. Nebenwirkungen. Die entsprechenden Angaben werden von den Autoren mit der größten Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Die angegebenen Dosierungen sind im Einzelfall anhand der Fachinformationen zu überprüfen. Weder die Autoren, noch die tragenden Gesellschaften noch der Verlag übernehmen irgendwelche Haftungsansprüche.

Bitte beachten Sie auch diese Seiten:

[Impressum](#)

[Disclaimers & Copyright](#)

[Datenschutzerklärung](#)