Hormone

30. Dezember 2013

- Allgemeines über Hormone und Wirkung von Testosteron
- Hormontherapie
- Präparate
- Grenzen und Risiken von Testosteron

Allgemeines über Hormone und Wirkung von Testosteron

Was sind Hormone?

Hormone sind Botenstoffe im Körper, welche vom Körper gebildet werden. Sie sind für die funktionalen Abläufe im Körper nötig, da sie regulieren, steuern, aktivieren oder deaktivieren.

Die Steuerung geschieht durch “Andocken” an hormon-spezifische Rezeptoren in den Körperzellen. Hormon X kann also nur an den Rezeptor für X wirken, wohingegen Hormon Y hier nicht landen kann.

Insgesamt gibt es im menschlichen Körper etwa 25 Hormone. Jedes der Hormone steht nicht für sich alleine, sondern es handelt sich um ein komplexes HormonSYSTEM: ändert man eines, ändern sich alle anderen mit. Dies hat zur Folge,
dass bei der Gabe von Testosteron auch genau auf die anderen Körperwerte geachtet werden muss.

Welche Arten von Hormonen gibt es?

Endokrine Hormone

Endokrine Hormone werden in bestimmten Drüsen gebildet und geben die Hormone direkt ins Blut ab.

Beispiele: Testosteron, Östrogen

Ganz wichtig: das Steuerungszentrum Hypothalamus, welches auch die Hypophyse direkt reguliert. Von hier aus wird die natürliche Produktion der Hormone Testosteron und Östrogen gesteuert

Parakrine Hormone

Parakrine Hormone werden über kurze Distanzen auf genau definierten Wegen abgegeben, z.B. über

die Nerven oder die Gänge zwischen den Zellen.

Beispiele: Melatonin, Serotonin

Die Verbindung Hypothalamus – Hypophyse ist beispielsweise durch parakrine Hormone hergestellt.

Autokrine Hormone

Sie sind die Verbindung zwischen den Zellen, damit diese zusammenspielen können.

Beispiele: Eicosanoide

freies / gebundenes Testosteron – Was heißt das?

Der Hormonstatus sollte unterschieden werden nach gebundenem und freiem Testosteron. Was heisst das?

gebunden:

Endokrine Hormone sind an Bindungsproteine gebunden, damit sie im Blut transportiert werden können. Sie sind in diesem Zustand nicht aktiv, also nicht verfügbar, sie können nicht in den Zellen wirken.

frei:

Dies sind die endokrinen Hormone, welche gerade wirken können, da sie nicht an ein Bindungsprotein gebunden sind. Sie allein sind im Zellinneren aktiv und sorgen für ein männliches Aussehen etc.

Beim Erstellen und Lesen des Hormonstatus sollte man darauf achten, ob das Gesamttestosteron oder ausschliesslich das freie Testosteron gemessen wird. Es kann durchaus sein, dass der Gesamt-Testosteronspiegel zwar optimal ist,
jedoch das frei verfügbare Testosteron zu wenig ist.

Wichtig ist hier die Rolle des SHBG (Sex Hormone Binding Globuline). Dieses nimmt u.a. mit dem Alter zu. Dadurch ist immer weniger freies Testosteron und Östrogen im Körper, obwohl der Gesamt-Spiegel gleich bleibt.

Der Quotient Testosteron/SHBG ist das Maß für das freie Testosteron. Ist er bei Frauen ohne endogene Beeinflussung erhöht, ist das ein Anzeichen von Virilismus (Vermännlichung) und Hirsutismus (männliches Haarmuster bei Frauen).
Ist er bei Männern ohne endogene Beeinflussung zu niedrig, kann Gynäkomastie (Brustwachstum) vorkommen.

Referenzbereich

Männer: 0,08 – 0,4

Frauen: 0,002 – 0,02

Referenzbereich Testosteron

Bestimmt werden sollte der Wert morgens zwischen 7 und 9 Uhr, da der Testosteronspiegel im Laufe des Tages stark absinkt.

Normal-/Referenzbereiche:

alte Einheit

neue SI Einheit

Männer

2,7 – 10,7 mg/l

9,4 – 37 nmol/l

Frauen

bis 0,86 mg/l

bis 3 nmol/l

Das Enzym: Aromatase

Aromatase ist ein Enzym, welches Testosteron in Östrogen umwandelt. Es ist v.a. im Fettgewebe zu finden. Je mehr Fettgewebe ein Mann hat, desto mehr Testosteron wird von der Aromatase in Östrogen umgewandelt. Östrogen jedoch unterstützt den Aufbau von Fettgewebe und somit wird in der Folge mehr Fettgewebe aufgebaut, welches wiederum...

Aus diesem Kreis kann man nur ausbrechen, indem man abnimmt, und zwar das Fettgewebe reduziert. In der Folge erhöht sich der Testosteronspiegel, da weniger Aromatase im

Fettgewebe das Testosteron in Östrogen umwandelt. So wurde bei Cis-Männern im Training beobachtet, dass sie bis zu 30% mehr Testosteron hatten. Hörten diese jedoch für ein paar Wochen mit dem Training auf, sank der Spiegel wieder nach unten.

Testosteron Resistenz?

Mit “Resistenz” meint man ganz allgemein eine Unfähigkeit z.B. des Hormons, in die Zelle zu gelangen und dort aktiv zu werden. Gründe gibt es einige – hat man Probleme damit, kann man evtl. einiges selbst zur Verbesserung beitragen.
Doch auch genetische oder krankheitsbedingte Ursachen sind möglich.

Gesättigte Fettsäuren verschlechtern die Flüssigkeit zwischen den Zellen. Hormone wie Testosteron haben es dann schwerer, überhaupt in die Zelle zu kommen und dort aktiv zu werden. Sind zu viele gesättigte Fettsäuren im Essen,
kann Testosteron schlechter wirken, und die Vermännlichung kann unerwünscht langsam verlaufen.

Abhelfen kann man durch gesunde Ernährung, welche eher auf ungesättigte Fettsäuren zurückgreift. Diese sind vor allem in pflanzlichen Fetten, z.B. Olivenöl, und in Fisch enthalten.

Ebenfalls durch falsche Ernährung wird das AMP (Adenosinmonophosphat, ein sog. second messenger, welcher ebenfalls an der Übermittlung der “Testosteron-Botschaft” beteiligt ist) gestört, und Testosteron kann somit nicht so
gut wirken.

Östrogen = Feind?

Nein! Jeder Mann hat auch eine für ihn normale Menge Östrogene im Körper. Der Spiegel ist zwar nur etwa 1/3 der einer normalen Frau, jedoch ist diese Menge auch höchst notwendig für die psychische und physische Gesundheit.
Das wichtigste Östrogen ist Östradiol.

Referenz/Normalbereich Östradiol:

Frauen: 10-320 pg/ml (abhängig von der Zyklusphase)

Männer: 15-40 pg/ml

Östrogene sind wichtig für:

- Herz-Kreislauf: bei normalem männlichen Spiegel sinkt das Risiko für Herz/Kreislauf-Krankheiten
- Knochenaufbau – beugt Osteoporose vor
- wahrscheinlich auch gegen Alzheimer
- für seelische Ausgeglichenheit

Östrogene sind der “Gegenspieler” des Testosteron. Die richtige Balance ist wichtig, jedes Extrem ist ungesund und führt zum körperlichen Zusammenbruch.

Östrogen wird im weiblichen Körper vor allem in den Ovarien (Eierstöcken) produziert. Doch auch von der Nebenniere wird einiges abgegeben, so dass man nicht nach der Entfernung der Ovarien zwangsläufig Östrogen substituieren
muss. Jedoch ist es auch nicht unbedingt notwendig, die Ovarien zu entfernen. Man sollte das vor einer eventuellen Operation mit seinem Endokrinologen durchsprechen.

Ist man dennoch mal in der misslichen Lage, Östrogen substituieren zu müssen, sollte man auf Folgendes achten:

Das “normale” 17-Beta-Östrogen femininisiert (verweiblicht), da es an die Alpha-Rezeptoren in der Zelle andockt. Für Männer (also auch für uns Transmänner) ist somit eine Behandlung mit 17-Beta-Östrogen nicht unbedingt das
Wahre…

Von Schering gibt es jedoch seit einiger Zeit ein 17-Alpha-Östrogen, welches keine femininisierende Wirkung hat, da es am Beta-Rezeptor wirkt. Die positiven Eigenschaften werden erreicht, die aus unserer Sicht negativen jedoch
nicht.

Doch auch die Natur hat hier schon etwas auf Lager: Soja und Rotklee stimulieren ebenfalls den Beta-Rezeptor, und sind somit bei Östrogen-Mangel eine gute Ergänzung.

nach oben

Hormontherapie

Seien wir mal ehrlich: mit der Gabe von Hormonen manipuliert man den Körper ganz erheblich. Sei es dadurch, dass Frau die Pille zur Schwangerschaftsverhütung nimmt, man(n) was gegen seine beginnende Glatze tut, oder unsereiner sein
äußeres Erscheinungsbild dem des inneren angleicht – immer beeinflussen wir unseren normalen Hormonhaushalt, um eine bestimmte Wirkung zu erzielen. Doch kann man das einfach so machen? Was kann schief gehen?

Wir haben im Folgenden einige grundlegende Sachen zusammengestellt, welche einem das Chaos “Endokrinologie” ein wenig erklären können. Den Endokrinologen, also den Arzt, welcher sich auf Hormone spezialisiert hat, kann das allerdings
bei weitem nicht ersetzen. Darum empfehlen wir, unbedingt einen (oder im Zweifelsfalle auch zwei) Endokrinologen aufzusuchen, bevor man überhaupt anfängt, sich Hormone zuzuführen.

Medizinische Voraussetzungen zur Hormontherapie

Zu Anfang sollte man seinen normal vorhandenen Hormonspiegel abchecken lassen. Hierzu nimmt der Endokrinologe einige Röhrchen Blut ab. Auch wenn man Angst vor Spritzen hat – daran kommt man nicht vorbei.

Kleine Tipps von Erfahrenen bezüglich Blutabnahme:

- nicht hinschauen – manchmal kippt man einfach nur deswegen um, weil man den Anblick nicht gewohnt ist und man sich davor graust,
- mit demjenigen eine lockere Unterhaltung führen, welcher das Blut abnimmt – aber ja nicht über die Blutabnahme reden, sondern meinetwegen über das Wetter. Das lenkt von der Tätigkeit ab!
- sich immer wieder vorsagen, dass es dazu dient, dass man demnächst sein heiß ersehntes Testo bekommt…

Manchmal wird die Blutprobe auch noch dazu verwendet, den Gentest durchzuführen – in München wurde dieser Test lange Zeit mittels des wesentlich billigeren Haarwurzeltests gemacht, jedoch in den letzten Monaten aufgrund eines
Fachpersonalmangels auch via Blut.

Ein bis zwei Wochen später kann man mit seinem Endokrinologen das Ergebnis durchsprechen. Sollten die Blutwerte, vor allem die der Sexualhormone und die Leberwerte nicht im Normalbereich liegen, muss das unbedingt geklärt werden,
bevor die Testosteron-Therapie beginnen kann.

Wer bezahlt die Hormone?

Trans* hat Krankheitswert . Ist die Diagnose gesichert, müssen die Kosten grundsätzlich von der Krankenkasse übernommen werden. Dafür muss die gesicherte Diagnose durch einen Therapeuten/Psychiater bestätigt werden (Gutachten oder Indikationsschreiben). Erst dann darf ein entsprechender Facharzt (Endokrinologe) die Hormontherapie einleiten.Die Folgebehandlungen/Verschreibungen können anschl. durch den Hausarzt bzw. Hausärztin weitergeführt werden. Lediglich die üblichen Rezeptgebühren/Eigenanteile sind selbst zu tragen, sofern man hiervon nicht generell befreit
ist.

Solange der (nach den entsprechenden Richtlinien) vorgesehene Ablauf von Therapie und Alltagstest streng eingehalten wird, ist mit Problemen bei der Kostenübernahme normalerweise nicht zu rechnen. Schwierigkeiten können dagegen
auftreten, wenn aus medizinischer Sicht zum Wohle des Betroffenen mit der Hormontherapie relativ früh während des Alltagstests begonnen werden soll. In diesem Fall helfen oft nur gute Ärzte und vor allem starke Nerven! Bei
gesetzl. Krankenversicherungen keine Kostenübernahme für die Hormonbehandlung beantragen. Bei Privatpatienten kann es zu Abweichungen kommen.

Tag X – der Beginn der Hormontherapie

Tag X ist von den meisten Leuten wohl dringend herbeigesehnt – immerhin stellt die Gabe von Testosteron beim Grossteil der Transmänner wahrscheinlich den ersten medizinischen Schritt in Richtung “männlicher Körper” dar.

Nichtsdestotrotz sollte man sich des enormen Eingriffs in den Körper bewusst sein: Hat man mit der Gabe von Testosteron angefangen, ist nach relativ kurzer Zeit einiges bereits nicht mehr rückgängig zu machen. So bleibt nach
erfolgtem Stimmbruch die Stimme immer unten, selbst wenn man das Testosteron wieder absetzen würde. Auch die Gebärfähigkeit wäre nicht mehr 100%-ig wiederherstellbar, je nachdem, wie lange man bereits Testosteron hatte.

Tipps zur Dosierung und Verabreichung

Die Dosierung der Spritzen hängt nach unserer Erfahrung eindeutig vom Arzt ab: die meisten steigen gleich mit 250ern Testoviron im Zweiwochenabstand ein, andere wiederum lassen es ganz langsam angehen und geben die halbe Ampulle
nur alle vier Wochen.

Langsame Steigerung der Dosierung?

Grund für eine langsame Steigerung der Dosierung ist angeblich eine bessere Verträglichkeit, bes. wenn man von Haus aus Hautprobleme hat. Unter Umständen will der Arzt auch erstmal durch eine vorsichtige Dosierung testen, ob
man überhaupt so positiv auf Testosteron anspricht wie man sich das erhofft.

Gleich die volle Dosis?

Gegen eine niedrige Dosierung spricht, dass man zu Anfang eh nicht sehr viel von den Auswirkungen des Testosterons merkt – die Stimme lässt sich oft mehrere Monate Zeit, die Haut reagiert zwar etwas schneller, jedoch auch nicht
unbedingt im Bereich Bartwuchs, die Menstruation ist ebenfalls nicht über Nacht verschwunden.

Lediglich die allgemeine Stimmung ist besser – doch ob dies ausschliesslich auf den erhöhten Testosteronlevel oder auch auf die Gewissheit, dass es endlich losgeht, zurückzuführen ist?

Immer mal wieder aussetzen, damit es besser wirkt? Oder immer gleich bleibenden Hormonspiegel anstreben?

Auf jeden Fall sollte der Arzt zügig und ohne grosse hormonelle Schwankungen das Ziel “männlicher Referenzbereich” anvisieren – Hormonschwankungen sind auf längere Sicht gesehen nicht gut für Stimmung, Herz-Kreislauf und Knochen.

Wichtig ist auch eine regelmässige Gabe von Testosteron – dreimal im Ein-Wochen-Abstand und danach sechs Wochen lang nichts ist nicht das gleiche wie dreimal alle drei Wochen. Der Körper benötigt für das gute Funktionieren
eine kontinuierliche Menge an Testosteron, also müssen wir ihm das auch ebenso konstant zuführen. Alle Transmänner, welche wir kennen und welche sich nicht an diese Regelmässigkeit halten, haben nach längerer Zeit erhebliche

Probleme bekommen: angefangen von Stimmungsschwankungen und Depressionen bis hin zu Osteoporose.

Eine kurze und medizinisch durchaus vernünftige Ausnahme sind die Operationen, da das Testosteron das Blut etwas flüssiger macht. Da kann es sinnvoll sein, vor einer Operation die Testosterongaben auszusetzen. Ob das nötig
ist, und für wie lange, musst Du den Operateur selbst fragen!

Tipps zum Spritzen

Die Depot-Gaben sind Testosteron in einer öligen Lösung als Trägerstoff – entsprechend schwer geht es zu spritzen. Deshalb sollte man die ersten paar Mal sich das Zeug spritzen lassen oder aber es sich zumindest vom Arzt zeigen
lassen. Die Kanülen sind wegen der Zähigkeit auch sehr dick – also nicht unbedingt etwas für schwache Nerven -, und man muss direkt in einen grossen Muskel (Gesäßmuskel, Oberschenkel) spritzen. Der Muskel sollte hierzu möglichst
entspannt sein. Also hinlegen, hinsetzen, auf dem anderen Bein stehen, entspannt atmen!

Früher war es auch üblich, eine Substanz, welche intramuskulär gespritzt wurde, im Muskel noch zu verreiben. Im Falle des sehr zähen öligen Testos ist das jedoch mehr schädlich; es tut zum Teil höllisch weh, da kleine Muskelfasern
wie bei einem Muskelkater zerrissen werden. Intensiver Sport (z.B. gleich danach ins Fitness-Studio und schwere Gewichte stemmen) sollte ein bis zwei Tage danach auch unterbleiben. Ein Spaziergang nach dem Spritzen ist da
wesentlich besser.

Selbstverabreichung

Wenn man sich die Spritze selbst verabreicht, muss auf Folgendes geachtet werden:

- unbedingt vorher die Stelle, wo man spritzt desinfizieren! Spritzenabzesse sind unangenehmst und im schlimmsten Fall kann man einige Tage vor Schmerzen nicht laufen.
- Nach dem Einstich die Nadel bis zum Muskel einführen (sind mehrere Schichten, die man durchsticht), kurz anziehen, um zu schauen ob Blut kommt (wenn ja, hat man eine Ader getroffen und muss nochmal neu ansetzen – Testo sollte
  nicht direkt ins Blut gelangen. (Bringt aber auch einen nicht um), danach zügig, jedoch nicht mit Gewalt, alles spritzen. Hinweis: Hinweis: es empfiehlt sich Nebido nicht nur in eine Seite zu spritzen sondern auf 2 Stellen
  aufzuteilen und langsam zu spritzen. Wird es zu schnell gespritzt gibt es starken “Muskelkater” an dieser Stelle.
- Nach dem Herausziehen der Spritze, die kleine Wunde mit einem möglichst sterilen (oder zumindest sauberen) Pad kurz drücken, dann ein Pflaster drauf.
- Wichtiger Hinweis: Wer sich selbst spritzt haftet auch selbst! Sollte sich die Einstichstelle entzünden oder ähnliches zahlt die Kasse die daraus folgenden Kosten nicht!

Unterschiede in der Dosierung

Jeder benötigt eine andere Menge an Testosteron – die einen bauen das Testosteron sehr schnell ab,

andere nur relativ langsam, manche treiben Sport, andere sitzen nur am Schreibtisch, manche haben relativ hohe Eigen-Testo-Werte,
andere sehr niedrige.

Sind die ersten Hormongaben noch relativ einheitlich, muss die Dosierung auf lange Sicht gesehen individuell eingestellt werden. Und das immer wieder, da sich ja auch die Lebensweise und der Körper immer wieder verändern: vor
der Entfernung der Ovarien hat man sicherlich einen anderen Bedarf an Testosteron als danach, ein Berufswechsel bringt mehr körperliche Bewegung mit sich, das Alter spielt eine Rolle etc..

Aus diesem Grund ist jedem dringend zu empfehlen, zu Anfang die Dosierung gut einstellen zu lassen und danach sich mindestens einmal, besser noch zweimal pro Jahr von einem Endokrinologen, welcher mit Trans Erfahrung hat, untersuchen
zu lassen. Ein ausser Kontrolle geratenes Hormonsystem hat verheerende Folgen auf Körper und Psyche und ist nur sehr schwer wieder zu kurieren. Mit den Jahren muss man auch einen Blick auf die Leberwerte werfen – nach und
nach können sich diese gefährlich verschlechtern. Eine von Haus aus gesunde Lebensweise kann die Leberwerte positiv beeinflussen: wenig Alkohol und wenig Fett sind die Zauberworte.

Manche Ärzte bestehen auch darauf, dass man vor einer geplanten Operation das Testosteron absetzt – Testosteron beeinflusst die Fließgeschwindigkeit und die Gerinnungsfähigkeit des Blutes. Je nach Schwere der Operation können
die durch die Testosterongaben erzeugten Werte den Verlauf und das Ergebnis der Operation negativ beeinflussen. Man sollte also vor einer Operation sowohl mit dem Operateur als auch mit seinem Endokrinologen sprechen.

Wirkung von Testosteron

So schnell wie man es hofft, setzt die offen sichtbare und hörbare Wirkung von Testosteron nicht ein. Doch im Körper arbeitet es!

Menstruation

Die Menstruation kommt normalerweise noch ein oder zweimal, bei manchen sogar stärker aber auch kürzer als sonst, dann setzt sie aus.

Früher üblich, heute eher nur bei hartnäckigem Wiederauftreten der Menstruation, kann man noch zusätzlich ein Gelbkörperhormon nehmen. Näheres dazu im Verzeichnis der Präparate.

Körperbehaarung

Manchmal recht schnell, manchmal auch erst nach langer Zeit verändert sich die Körperbehaarung: Haare an den Beinen und Armen, Haare am Bauch, je nach Genetik sogar am Po und am Rücken – überall sprießt es.

Mit Blick auf die männliche Verwandtschaft kann man sich unter Umständen auch auf sich bildende Geheimratsecken oder sogar männlichen Haarausfall einstellen.

Bartwuchs

Bartwuchs dauert in der Regel lange – die ersten Härchen sind manchmal schon von einem Damenbart her da, bald kommen auch erste “echte” Barthaare dazu. Wo diese allerdings auftreten, ist je nach Mann verschieden, auch bei uns.
Die einen fangen mit dem Oberlippe an, andere erwischt es am Kinn zuerst, andere an den Koteletten. Bis aber der Bart insgesamt dicht ist und man sich evtl. einen Vollbart stehen lassen könnte, dauert es – wie bei den Cismännern
– einige Jahre.

Körperfett-Verteilung

Die weibliche Körperfett-Verteilung (Busen, Po, Schenkel) verändert sich langsam aber stetig hin zu einer männlichen Verteilung (Bauch?) – insgesamt haben Männer einen geringeren Anteil an Körperfett und geradere Körperformen.
Man kann dies auch gut am Gesicht erkennen – es wird im Allgemeinen etwas kantiger.

Leider auch nicht bei jedem reduziert sich die Brust – wahrscheinlich hängt das von der Masse des Drüsengewebes ab, welches sich nicht reduziert, sondern lediglich das Fettgewebe. Insgesamt wird aber die Brust weicher, nicht
mehr ganz so prall, und lässt sich dadurch auch leichter abbinden.

Muskeln und Ernährung

Die Muskelmasse steigert sich unter Einnahme von Testosteron. Besonders Leute, welche Kraftsport betreiben, werden dies bemerken, aber auch sonstige Sportler.

Vergessen sollte man allerdings nicht, hier auch die Ernährung auf die neue Situation umzustellen: durch die Bildung von Muskelmasse benötigt der Körper Eiweiss! Im Allgemeinen nimmt auch der Muskeltonus, also die Muskelspannung
zu.

Intimbereich

Im Intimbereich sind verschiedene Veränderungen feststellbar: bei manchen wird die Vagina trockener, die Scheide atrophiert (wird enger, z.T. durch den höheren Muskeltonus, z.T. durch Nicht-Penetration), die kleinen Labien
und vor allem die Klitoris werden grösser, die großen Labien sind nicht mehr ganz so prall.

Libido

Wir wollen nicht verschweigen, dass die Libido bei Beginn der Hormontherapie teilweise erheblich ansteigen kann. Im Klartext: Zeitweise ist nichts vor einem sicher, was zwei Beine hat und nicht schnell genug auf den Baum kommt.
Zum Teil hat dies direkt etwas mit dem Testosteron zu tun, aber auch mit einer besseren Einstellung zum Körper, welche sich mit der Zeit einstellt, und mit der Wirkung, welche man auf seine Objekte der Begierde hat (man riecht
auch nach Mann!).

Mit der Zeit gibt sich diese Phase aber, und man kehrt auf ein normales Maß zurück.

nach oben

Präparate

Es gibt mittlerweile sehr viele verschiedene Präparate, die Transmännern das Leben leichter machen. Dazu gehören selbstverständlich alle Medikamente mit Testosteron, aber auch Medikamente, welche beispielsweise lediglich die Menstruation
stoppen.

Vor der Hormonbehandlung sollte unbedingt ein Arzt konsultiert werden. Am besten natürlich einer, der sich auf das Hormonsystem des Menschen spezialisiert hat: ein Endokrinologe.

Die Informationen im Internet ersetzen keinen Besuch beim Endokrinologen.

Die Einnahme von Hormonen ohne einen vorherigen Besuch beim Arzt ist nicht ratsam: Du kennst höchstwahrscheinlich nicht Deine aktuellen Blutwerte, und darauf aufbauend die richtige Dosierung des Medikaments. Ist aber das Hormonsystem
mal weg vom ursprünglichen Zustand, und vielleicht sogar außer Kontrolle geraten, lässt sich das nur mit viel Mühe wieder ins rechte Lot bringen.

Hände weg von Hormonen, die kein Arzt verschrieben hat!

Menstruations Stopper

Was wahrscheinlich jeden Transmann belastet, ist die Regelblutung. Einmal pro Monat wird man mehr oder weniger auch körperlich schmerzhaft daran erinnert, was die Natur geschlagen hat. Bei großer seelischer Belastung empfiehlt
es sich, sich ein Medikament verschreiben zu lassen, welches die Menstruation stoppt.

Enantone Gyn

Hersteller: TAKEDA PHARMA GmbH

Wirkstoff: Leuprorelin

Wirkung: Enantone Gyn hemmt die Bildung von Hormonen in den Eierstöcken. Hierdurch erhält man einen weiblichen Hormonlevel wie nach den Wecheljahren, und der Regelzyklus wird unterbrochen. Enantone Gyn wird intramuskulär gespritzt.

Nebenwirkungen: Zu Beginn können Wechseljahres-Erscheinungen auftreten: Schwitzen, Stimmungsschwankungen, depressive Stimmungen, Abnahme der Libido etc. Bei längerer Einnahme (also über mehrere Jahre) muss unbedingt die Knochendichte

im Auge behalten werden. Durch die fehlenden Geschlechtshormone kann die Knochendichte soweit abnehmen, dass die Knochen brüchig werden!

Orgametril (Tabletten)

Hersteller: Organon GmbH, . Müller

Wirkstoff: Lynestrenol

Wirkung: Das Mittel ist aus dem Bereich der Gestagene, d.h. Gelbkörperhormone. Gestagene steuern unter anderem den Menstruationszyklus und die Schwangerschaft. So werden beispielsweise während der Schwangerschaft die Muskeln
der Gebärmutter durch körpereigene Gestagene ruhiggestellt, oder auch der Aufbau der Gebärmutterschleimhaut gestoppt. Künstlich verabreicht kann man ein breites Spektrum an Beschwerden behandeln: Menstruationsschmerzen (da
die Muskeln nicht mehr so arbeiten) ebenso wie unregelmäßigen Zyklus oder Endometriose. Man kann damit auch die Menstruation verschieben oder ganz stoppen.

Nebenwirkungen: Diabetiker und starke Raucher sollten von dem Medikament die Finger lassen. Darüber hinaus können die üblichen Nebenwirkungen auftreten: Hautausschläge, Akne, Gewichtszunahme, Spannen der Brust, Migräne, Leberschäden.
Bei der Kombination mit anderen Hormonpräparaten muss unbedingt auf die Wechselwirkungen geachtet werden. Am besten einen Endokrinologen konsultieren!

Norethisteron (1 mg / 5 mg Tabletten)

Hersteller: Jenapharm GmbH

Wirkstoff: Norethisteron

Wirkung: Das Mittel ist aus dem Bereich der Gestagene, d.h. Gelbkörperhormone. Gestagene steuern unter anderem den Menstruationszyklus und die Schwangerschaft. So werden beispielsweise während der Schwangerschaft die Muskeln
der Gebärmutter durch körpereigene Gestagene ruhiggestellt, oder auch der Aufbau der Gebärmutterschleimhaut gestoppt. Künstlich verabreicht kann man ein breites Spektrum an Beschwerden behandeln: Menstruationsschmerzen (da
die Muskeln nicht mehr so arbeiten) ebenso wie unregelmäßigen Zyklus oder Endometriose. Man kann damit auch die Menstruation verschieben oder ganz stoppen.

Nebenwirkungen: Diabetiker sollten von dem Medikament die Finger lassen. Darüber hinaus können die üblichen Nebenwirkungen auftreten: Hautausschläge, Akne, Gewichtszunahme, Spannen der Brust, Migräne, Leberschäden. Bei der
Kombination mit anderen Hormonpräparaten muss unbedingt auf die Wechselwirkungen geachtet werden. Am besten einen Endokrinologen konsultieren! Des Öfteren scheint es auch vorzukommen, dass Zwischenblutungen auftreten.

Testosteron Depotspritzen

Die Testosteron Depotspritzen sind die Präparate, welche wohl am längsten auf dem Markt sind. Entsprechend viel Erfahrung haben die Endokrinologen damit. In letzter Zeit kommen Langzeit-Depots hinzu, welche das Verabreichen
der Spritze auf nur 4-5 Mal pro Jahr reduzieren.

Besonders zu Beginn der Hormontherapie, wenn das Anstoßen der zweiten Pubertät wichtig ist, kommen die Testosteron-Depotspritzen zum Einsatz. Aber auch später können die Depotspritzen ihre Vorteile zeigen, besonders die Langzeit-Depots.

- Testosteron Depot 250
- Testoviron Depot 250

Hersteller: Schering

Injektionsintervall: ca. 2-3 Wochen, selten kürzer, manchmal länger

Wirkstoff: Testosteronenantat, je nach Konzentration gibt/gab es Unterschiede: 100er, 250er Testoviron Dosis: 250 mg Testosteronenantat in 1 ml öliger Lösung (benzylbenzoat und Rizinusöl)

Vorteile: Aufgrund der kurzen Spritzenintervalle kann die Dosierung relativ schnell erhöht oder gesenkt werden (durch Verkürzung bzw. Verlängerung der Intervalle). Es wurde beobachtet, dass Testoviron-Depot-250 zu Beginn der
Hormontherapie wahrscheinlich am geeignesten ist, um die zweite Pubertät anzustoßen.

Nebenwirkungen: Nebenwirkungen können wie bei allen Testosteronpräparaten sein: Durchfall, Gelenkschmerzen, Schwitzen, Kopfschmerzen, Akne, Brustschmerzen und Gynäkomastie. Mitunter kann an der Einstichstelle bzw. im Muskel
ein schmerzhafter Spritzenabszeß entstehen, oder aber der Muskel – wenn er beim Spritzen nicht wirklich entspannt war – vorübergehend einen regelrechten Muskelkater erleiden. Ebenso wie bei allen anderen Testosteronmedikamenten
auch, kann sich mit der Zeit Wasser in den Gliedmaßen einlagern. Das Depot wird nicht wirklich gleichmäßig abgebaut – dadurch fühlt man sich in der Regel zu Anfang voller Energie (manchmal zuviel, was aggressiv machen kann),
dann geht”s nach einer Weile, und zum Ende des Intervalls leicht depressiv.

Bemerkungen: Testoviron gibt es bereits seit relativ langer Zeit auf dem Markt und wird – da es nicht mehr geschützt ist – auch von anderen Pharmaunternehmen hergestellt, z.B. Jenapharm, Kohlpharma, Opti-Arznei etc. Es gibt
auch Re-Importe. Die Unterschiede zwischen den Firmen sind in der Regel minimal. Dennoch sollte man wenn möglich bei der gleichen Firma bleiben. Wichtig für Allergiker: einige Nachahmer-Firmen verwenden kein Rizinusöl als
Basis, sondern Erdnussöl!

Testoviron-Depot 100 (nicht mehr auf dem Markt)

Hersteller: Schering

Injektionsintervall: ca. 2-3 Wochen, selten kürzer, manchmal länger

Wirkstoff: Testosteronenantat, je nach Konzentration gibt/gab es Unterschiede: 100er, 250er Testoviron

Dosis: 100mg Testosteronenantat in 1 ml öliger Lösung (benzylbenzoat und Rizinusöl)

Vorteile: Von manchen Endokrinologen wird Testoviron-Depot 100mg gerne als sanfter Einstieg in die Hormontherapie verwendet. Aufgrund der sehr kurzen Spritzenintervall kann die Dosierung relativ schnell erhöht oder gesenkt
werden (durch Verkürzung bzw. Verlängerung der Intervalle). Ein richtiges Anstoßen der Pubertät ist jedoch nicht möglich, da die Dosierung zu niedrig ist.

Nebenwirkungen: Nebenwirkungen können wie bei allen Testosteronpräparaten sein: Durchfall, Gelenkschmerzen, Schwitzen, Kopfschmerzen, Akne, Brustschmerzen und Gynäkomastie. Mitunter kann an der Einstichstelle bzw. im Muskel
ein schmerzhafter Spritzenabszeß entstehen, oder aber der Muskel – wenn er beim Spritzen nicht wirklich entspannt war – vorübergehend einen regelrechten Muskelkater erleiden. Ebenso wie bei allen anderen Testosteronmedikamenten
auch, kann sich mit der Zeit Wasser in den Gliedmaßen einlagern. Das Depot wird nicht wirklich gleichmäßig abgebaut – dadurch fühlt man sich in der Regel zu Anfang voller Energie (manchmal zuviel, was aggressiv machen kann),
dann geht”s nach einer Weile, und zum Ende des Intervalls leicht depressiv.

Bemerkungen: Testoviron-Depot 100mg wird mittlerweile nicht mehr hergestellt.

Nebido – “Dreimonatsspritze”

Hersteller: Jenapharm

Injektionsintervall: ca. 12 Wochen

Wirkstoff: Testosteronundecanoat

Dosis: 1000 mg Testosteronundecanoat in 4 ml öliger Lösung (Rizinusöl)

Zu Beginn der Behandlung mit Nebido sind die Intervalle relativ kurz; in der Regel werden die ersten drei Spritzen im Abstand von 6 Wochen verabreicht. Danach ist nur noch etwa alle drei Monate eine Injektion nötig.

Vorteile: nur etwa vier Spritzen im Jahr, gleichmäßiger Testosteronspiegel ohne den Normbereich zu Beginn des Intervalls zu über- und gegen Ende des Intervalls zu unterschreiten (laut Herstellerinformation).

Nebenwirkungen: Nebenwirkungen können wie bei allen Testosteronpräparaten sein: Durchfall, Gelenkschmerzen, Schwitzen, Kopfschmerzen, Akne, Brustschmerzen und Gynäkomastie. Mir wurde von einem TM erzählt, dass er auf Nebido
sehr aggressiv geworden ist. Häufigste Nebenwirkung sind Schmerzen an der Injektionsstelle (soll idealerweise im Liegen über einen Zeitraum von 60 Sekunden in den Gesäßmuskel injiziert werden).

Testosteron Pflaster

Eine kurze Zeit in den 1990er Jahren waren die Testosteron-Pflaster eine Alternative zu den leberbelastenden Tabletten und die Depot-Spritzen, die ja auch nicht Jedermanns Sache sind. Mittlerweile haben die Testosteron-Gele
die Pflaster im Laufschritt überholt. Im Moment ist nur noch ein Präparat auf dem deutschen Markt.

Generell müssen Pflaster ständig gewechselt werden. Je nach Präparat und benötigte Dosis kann das von zwei Pflastern täglich bis zu einem Pflaster alle zwei Tage wechseln. Der Wirkstoff Testosteron wird über die Haut aufgenommen.
Über die Zeit hinweg wird ein konstanter und ausreichender Testosteron-Level erzeugt.

Für Transmänner haben die Pflaster wenige Vorteile, aber viele Nachteile.

Vorteil ist, dass man – ähnlich wie bei einem Gel – eher ein Gefühl der Unabhängigkeit von der Medizin hat, da man sich selbst das Pflaster aufklebt.

Die Nachteile sind: Man muss ein Pflaster eine bestimmte Zeit auf der Haut haben – wenn man also duschen möchte, oder zum Schwimmen gehen, muss man das Pflaster abziehen, und nachher wieder aufkleben. Je nach Hauttyp beschwert
sich die Haut auch über den ständigen Kontakt mit dem Kleber. Zwar ist der Kleber wie bei anderen Pflastern auch dermatologisch getestet – jedoch sicherlich nicht für einen über Jahre hinweg reichenden ständigen Kontakt.
Transmänner mit Körperbehaarung können sich zudem auf ein tägliches Zwangs-Enthaaren mittels Pflaster “freuen”. Von den wenigen Transmännern, die uns als Pflaster-Benutzer bekannt sind, konnten wir auch erfahren, dass die
vom Arzt verschriebene Dosis zumeist nicht ausreicht, um die Pubertät einzuleiten. Für die Zeit nach der Hysterektomie, wenn der Körper nur noch sehr wenig eigenes Östrogen produziert, reicht die Dosis jedoch aus.

Androderm

Hersteller: AstraZeneca GmbH

Wirkstoff: Testosteron

Wirkung: Das Mittel wurde entwickelt, um Männern bei einem Testosteron-Mangel zu helfen. Durch ein geliges Kissen im Pflaster ist 12,2 mg Testosteron im Pflaster gespeichert. Durch einen sog. Enhancer ist die Abgabe von 2,5
mg Testosteron auf normale Haut möglich (vergleiche hierzu Testoderm: hier ist nur die Aufnahme über die Haut des Hodensacks möglich).

Nebenwirkungen: Es können die üblichen Nebenwirkungen auftreten: Kopfschmerzen, Migräne, Hautausschläge, Akne, Gewichtszunahme, Brustschmerzen, Leberschäden, Haarausfall etc..

Testoderm (nicht mehr auf dem Markt)

Hersteller: ?

Wirkstoff: Testosteron

Wirkung: Das im Pflaster enthaltene Testosteron wird über die Haut aufgenommen. Das Pflaster muss täglich auf den rasierten Hodensack geklebt werden.

Nebenwirkungen: Es können die üblichen Nebenwirkungen auftreten: Kopfschmerzen, Migräne, Hautausschläge, Akne, Gewichtszunahme, Brustschmerzen, Leberschäden, Haarausfall etc..

Das Pflaster wurde von der Zielgruppe (Männer mit Testosteronmangel) nicht angenommen, da es auf den rasierten Hodensack aufgeklebt werden musste. Die Haut des Hodensacks verfügt über besonders günstige Eigenschaften, die sonst
nicht mehr am Körper zu finden sind. Für Transmänner war damit auch eine gewisse Schwierigkeit verbunden: wohin kleben, wenn man keinen Hodensack hat?

Testosteron Gele

Die Gele sind relativ neu auf dem Markt, überzeugen aber mehr und mehr Transmänner und Ärzte.

Generell muss ein Gel täglich, am besten zur gleichen Zeit, idealerweise morgens auf die Haut (Schulter, Oberarme, Bauch) aufgetragen werden. Innerhalb von wenigen Minuten trocknet das Gel auf der Haut und bildet einen mehr
oder weniger kaum fühlbaren Film. Über die nächsten Stunden nimmt die Haut nun das enthaltene Testosteron auf und verstoffwechselt es.

Durch das tägliche Auftragen wird über die Zeit hinweg ein sehr konstanter Testosteron-Level erzeugt. Betrachtet man einen einzelnen Tag, kommt man der natürlichen Testosteronschwankung eines geborenen Mannes sehr nahe.

In letzter Zeit wird die Freude über die Einführung der Gele auf dem deutschen Markt allerdings durch Meldungen über das Entstehen von trockener Haut bis hin zu allergieartigen Zuständen im Extremfall berichtet. Aus diesem
Grund wurde und wird in der Pharmaindustrie bereits nach hautverträglichen Varianten geforscht.

Androgel 25mg / 50mg – Testogel 25mg / 50mg

Hersteller: Jenapharm

Anwendung: in der Regel 1 Beutel pro Tag

Wirkstoff: Testosteron

Dosis: 5 g Gel im Beutel

Testogel ist ein farbloses Gel, welches täglich auf Schulter, Oberarme oder Bauch geschmiert wird. Er enthaltene Alkohol lässt das Gel schnell trocknen, sodass es einen dünnen, beinahe nicht spürbaren Film auf der Haut bildet.
Über die nächsten 6 Stunden nimmt die Haut den Wirkstoff Testosteron auf. In dieser Zeit sollte man

also dort nicht mit Wasser in Berührung kommen. Ideal ist es, wenn das Gel morgens aufgetragen wird, denn dann kann man der
natürlichen männlichen Testosteronschwankung über den Tag nachkommen. (Bei geborenen Männern ist morgens der Testolevel am höchsten und fällt dann im Laufe des Tages ab).

Nachteile: Es wurde bereits von mehreren Transmännern berichtet, dass nach zum Teil mehreren Jahren Testogel die Haut anfängt, extrem trocken und juckend zu werden. Wegen des enthaltenen Alkohols darf das Gel nicht auf Schleimhäute
gelangen – das brennt sonst extrem!

Während des Trocknens sollte man auf keinen Fall mit Kindern und (schwangeren) Frauen in Berührung kommen, da das fatale Folgen für diese haben könnte (zu frühe Pubertät bei Kindern, Fehlbildungen der Babys bei Schwangeren).

Laut neuesten Recherchen eines uns bekannten Transmanns besteht im Vergleich zu anderen Darreichungsformen (Spritzen etc.) auch ein höheres Risiko, unter Haarausfall zu leiden. Dies ist auch auf den Beipackzetteln dargestellt.

Bemerkungen: Testogel wird in der Regel von Transmännern verwendet, die bereits seit einiger Zeit mit ihrer Hormontherapie begonnen haben (z.B. mit Depotspritzen) und evtl. schon ihre Hysterektomie hinter sich haben. Von einigen
haben wir auch bereits gehört, dass sie Testogel zu Beginn der Hormontherapie angewandt haben, von den meisten jedoch erfuhren wir, dass die erzielten Testosteronlevel nicht ausreichten, um die Pubertät einzuleiten.

Androtop 25mg / 50mg

Hersteller: Solvay Arzneimittel GmbH

Anwendung: in der Regel 1 Beutel pro Tag

Wirkstoff: Testosteron

Weitere Bestandteile: Carbomer 980, Ethanol 96%, Isopropylmyristat, Natriumhydroxid, gereinigtes Wasser

Dosis: 2,5 g Gel im Beutel

Androtop Gel ist ein farbloses Gel, welches täglich auf Schulter, Oberarme oder Bauch geschmiert wird. Er enthaltene Alkohol lässt das Gel schnell trocknen, so dass es einen dünnen, beinahe nicht spürbaren Film auf der Haut
bildet. Über die nächsten Stunden nimmt die Haut den Wirkstoff Testosteron auf. In dieser Zeit sollte man also dort nicht mit Wasser in Berührung kommen. Ideal ist es, wenn das Gel morgens aufgetragen wird, denn dann kann
man der natürlichen männlichen Testosteronschwankung über den Tag nachkommen. (Bei geborenen Männern ist morgens der Testolevel am höchsten und fällt dann im Laufe des Tages ab).

Nachteile: Es wurde bereits von mehreren Transmännern berichtet, dass nach zum Teil mehreren Jahren die Haut anfängt, extrem trocken und juckend zu werden, es kann auch Akne auftreten.

Wegen des enthaltenen Alkohols darf das Gel nicht auf Schleimhäute gelangen – das brennt sonst extrem!

Während des Trocknens sollte man auf keinen Fall mit Kindern und (schwangeren) Frauen in Berührung kommen, da das fatale Folgen für diese haben könnte (zu frühe Pubertät bei Kindern, Fehlbildungen der Babys bei Schwangeren).
Wie bei allen über die Haut aufgenommenen Testosteron-Präparaten kann es auch bei Androtop zu vermehrtem Haarausfall kommen.

Bemerkungen: Androtop Gel wird in der Regel von Transmännern verwendet, die bereits seit einiger Zeit mit ihrer Hormontherapie begonnen haben (z.B. mit Depotspritzen) und evtl. schon ihre Hysterektomie hinter sich haben. Von
einigen haben wir auch bereits gehört, dass sie Testogel zu Beginn der Hormontherapie angewandt haben, von den meisten jedoch erfuhren wir, dass die erzielten Testosteronlevel nicht ausreichten, um die Pubertät einzuleiten.

Testim 50mg

Hersteller: Auxilium / Ipsen-Pharma

Anwendung: in der Regel 1 Tube pro Tag

Wirkstoff: Testosteron

Dosis: 5 g Gel in einer kleinen Tube

Testim ist ein farbloses Gel, welches täglich auf Schulter, Oberarme oder Bauch geschmiert wird. Er enthaltene Alkohol lässt das Gel schnell trocknen, so dass es einen dünnen, beinahe nicht spürbaren Film auf der Haut bildet.
Über die nächsten 6 Stunden nimmt die Haut den Wirkstoff Testosteron auf. In dieser Zeit sollte man also dort nicht mit Wasser in Berührung kommen. Ideal ist es, wenn das Gel morgens aufgetragen wird, denn dann kann man der
natürlichen männlichen Testosteronschwankung über den Tag nachkommen. (Bei geborenen Männern ist morgens der Testolevel am höchsten und fällt dann im Laufe des Tages ab).

Anders als bei Testogel ist die Hautverträglichkeit wesentlich besser.

Nachteile: Während des Trocknens sollte man auf keinen Fall mit Kindern und (schwangeren) Frauen in Berührung kommen, da das fatale Folgen für diese haben könnte (zu frühe Pubertät bei Kindern, Fehlbildungen der Babys bei Schwangeren).

Es ist relativ teuer – die Krankenkasse könnte evtl. Schwierigkeiten bereiten.

Bemerkungen: Testim wird in der Regel von Transmännern verwendet, die bereits seit einiger Zeit mit

ihrer Hormontherapie begonnen haben (z.B. mit Depotspritzen) und evtl. schon ihre Hysterektomie hinter sich haben. Wie bei
allen auf die Haut aufgetragenen Präparaten ist angeblich das Risiko erhöht, unter Haarausfall zu leiden.

Testosteron Tabletten

Testosteron Tabletten und -kapseln sind bereits lange Zeit auf dem Markt.

Von den Medizinern wie auch den Nutzern wird die Verabreichung auf oralem Wege jedoch sehr kritisch betrachtet:

Das Testosteron wird mit der Nahrung aufgenommen, und wird im Darm in den Blutkreislauf aufgenommen. Direkt vom Darm führt der Blutkreislauf erstmal in die Leber, um Giftstoffe auszufiltern. Hier bleibt leider auch der größte
Teil des eingenommenen Testosterons hängen, und kann damit überhaupt nicht zu wirken anfangen.

Um einen akzeptabel hohen Testosteron-Level zu bekommen, muss die verabreichte Dosis an Testosteron weit höher als benötigt sein. Abgesehen davon, dass das unnütze Verschwendung ist, belastet es vor allem die Leber. Über die
relativ kurze Zeit der Einnahme bei der eigentlichen Zielgruppe (Männer mit Testosteronmangel) kann man da schon vorsichtig sein – für die lebenslange Einnahme bei Transmännern ist das nicht akzeptabel.

Entsprechend der Belastung der Leber muss man vor Einnahme von Testosteron-Tabletten oder -kapseln auch besonders auf die vorhandenen Leberwerte achten. Während der Behandlung mit den Tabletten/Kapseln sollte man die Leber
besonders schonen: so wenig wie möglich Alkohol, keine Drogen, Ernährung anpassen.

Trotz der vielen Nachteile gibt es aber auch Vorteile: Gerade die geringe Dosis, die wirksam wird, kann unsicheren Transmännern zu Beginn helfen, ihren Weg zu finden. Die psychologische Wirkung von Testosteron kann angetestet
werden, ohne sofort körperliche Effekte zu erzielen. Eines sei aber klar gesagt: das Antesten ist nur kurze Zeit ungefährlich!

Über längere Zeit eingenommen kann neben der Leberbelastung auch eine negative Beeinflussung der Fruchtbarkeit eintreten.

weitere Testosteron Präparate

Außer den bisher genannten Medikamenten gibt es noch weitere Testosteron-Präparate. Sie sind zum Teil wegen der Darreichungsform nicht geeignet für Transmänner, zum Teil noch in der Test-Phase.

Medikamente, welche nicht geeignet sind, den Testosteron-Level auf einem männlichen Normalwert zu halten, und/oder die nicht über lange Zeit ohne gesundheitliche Auswirkungen eingenommen werden können, sind für Transmänner

nicht geeignet.

Testosteron-Proprionat

Hersteller: Eifelfango

Injektionsintervall: täglich

Wirkstoff: Testosteronproprionat

Dosis: 50 mg

Testosteronproprionat ist kein Depot-Wirkstoff, das heißt: es wirkt sofort. Allerdings ist die Wirkung auch allerspätestens nach 3 Tagen vollkommen dahin.Das
Mittel ist aus der Bodybuilder-Szene bekannt, wurde einige Zeit aber auch in der Anti-Aging-Welle als Ersatz für Testosteronmangel bei alternden Männern diskutiert. Von letzterem wurde aber in Fachkreisen wieder abgekommen,
da die Darreichungsform auf die Dauer nicht alltagstauglich ist.

Bemerkungen: Durch die fehlende Depot-Wirkung und die starken Schwankungen des Testosteronspiegels während eines Spritzenintervalls ist das Präparat für transmännische Zwecke ungeeignet.

Die Forschung wird von den Pharma-Firmen und Universitäten ständig vorangetrieben. Dabei stehen nicht gerade Transmänner im Visier der Forscher, sondern viel eher geborene Männer mit sehr niedrigen Testosteronwerten. Dennoch:
ab und zu kommt man im Rahmen einer Versuchsreihe an neue Testosteron-Darreichungsformen. Ob man das Risiko eingehen möchte, “Versuchskaninchen” zu sein, muss dabei jeder selbst entscheiden. Und wer weiß? Vielleicht kommt
das Präparat ja auch durch die eigene Hilfe demnächst auf den Markt?

Andere Medikamente

Es gibt im Internet, besonders auf Bodybuilding-Seiten noch etliche andere “Tipps” zu Medikamenten.

Uns werden immer wieder Fragen von Transmännern gestellt, die auf solche Medikamente abzielen. Die meisten dieser Transmänner sind selbst in der Bodybuilding-Szene, und haben von ihren Geschlechtsgenossen über das eine oder
andere Wundermittelchen gehört, oder haben auf Webseiten darüber gelesen.

Diese Webseiten sind für das gewöhnliche Bodybuilding-Publikum, also geborene Männer und Frauen geschrieben. Einige Medikamente, welche auf diesen Seiten empfohlen werden, können ihre Wirkung nur bei geborenen Männern entfalten.
Oft bekämpfen sie Nebeneffekte, welche durch übermäßige Einnahme von Steroiden entstehen. Einige der Präparate sind schlichtweg illegal, weil hochgradig gesundheitsschädigend, wenn man sie über längere Zeit einnimmt.

Wir können hier nur sagen: Hände weg von diesen Wundermitteln!

- Wunder gibt es nicht
- Die meisten der Wundermittel sind illegal, besonders wenn’s um Wettkämpfe geht, aber oft auch im Alltag
- Zuviel Testosteron im Blut wird zu Östrogen umgewandelt.
- Hier ist ein Beispiel der Mittel, von denen Du die Finger lassen solltest, da sie Dich unter Umständen ums Leben bringen können!

Proviron-Tabletten

- Hersteller: Schering

  Einnahme: unbekannt

  Wirkstoff: Mesterolon

  Dosis: unbekannt

  Proviron verhindert die Aromatisierung von Testosteron. Es wird die Bildung von Östrogen aus Testosteron unterbunden, sowie die Wasserspeicherung in den Zellen aufgrund von Testosteronüberdosierung.

  In Bodybuilder-Kreisen floriert der Schwarzmarkt, da sich die Sportler auf diese Weise mit Testosteron vollpumpen können, ohne Gynäkomastie fürchten zu müssen, und ohne wegen zuviel Wassereinlagerungen ihre definierten
  Muskeln nicht zeigen zu können.
- Bemerkungen: Für Transmänner völlig ungeeignet, da lediglich die Bildung von Östrogen aus Testosteron heraus unterbunden wird, nicht aber die direkte Bildung von Östrogen (z.B. in den Eierstöcken). Bei Testosteron Überdosierung
  sollte man nicht noch ein Mittelchen einwerfen, sondern die Testosteron Dosis an sich reduzieren.

nach oben

Grenzen und Risiken von Testosteron

Grenzen

- Das weibliche Skelett kann durch die Hormontherapie nicht verändert werden
- Es wächst kein Penis!

- Die Brust geht nicht von alleine zurück, muss operativ entfernt werden (Mastektomie)
- Man wird in der Regel selbstbewusster (weil man sich wohler und identischer mit sich selbst fühlt) – den grundsätzlichen Charakter verändert es aber nicht.
- Hormone lösen keine psychischen Probleme: Neurosen, Psychosen, Unsicherheit im Umgang mit anderen Menschen, etc. können nur mit professioneller Hilfe gelöst werden

Risiken

- Ab etwa 4 Jahren Hormontherapie steigt das Risiko, an den primären Geschlechtsorganen (Eierstöcke, Gebärmutter, Gebärmutterhals) an Krebs zu erkranken
- Wassereinlagerungen im Körper » öfter mal geschwollene Hände und Beine, Herzprobleme
- Ansteigen des Hämatokrit-Wertes » Risiko von Thrombose, Herzprobleme
- Veränderung der Haarbildes am Kopf: Haare werden dünner, spröder, in der Umstellungsphase fettiger, Glatzenbildung
- In der Umstellungsphase: vermehrt unangenehmer Körpergeruch (Pubertät…)
- In der Umstellungsphase: wenn man nicht auf eiweißreiche Ernährung achtet (=das braucht der Körper jetzt!), sondern bei Heißhunger eher Schokolade etc. reinstopft, droht Gefahr der Körperverfettung

nach oben