

曾經充滿活力的自己 去哪了？

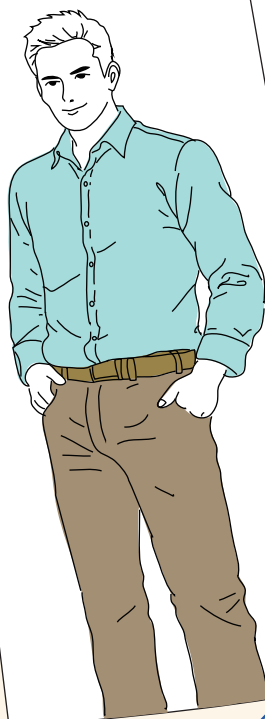
代謝症候群 可能影響 男性睪固酮

男性健康衛教系列

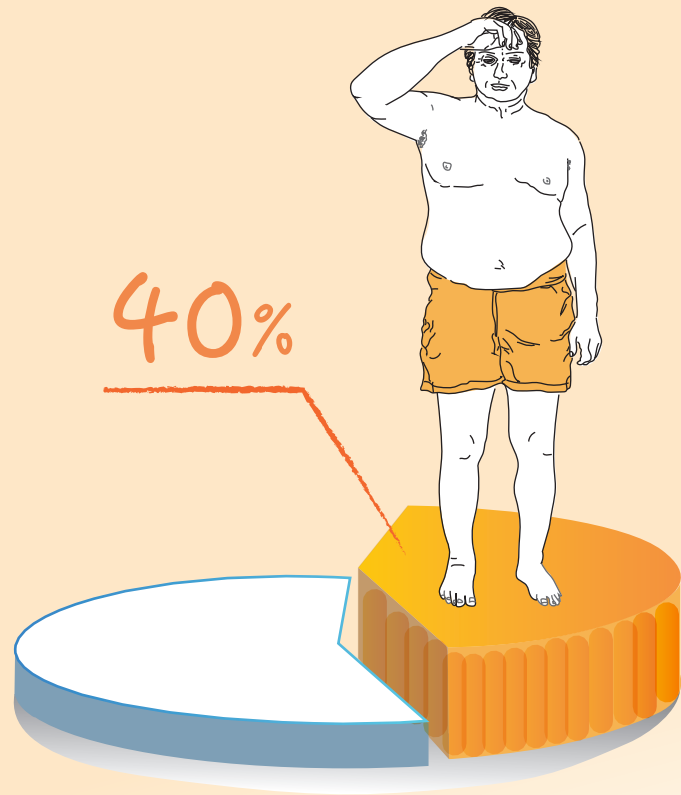
我有睪固酮
低下症嗎？



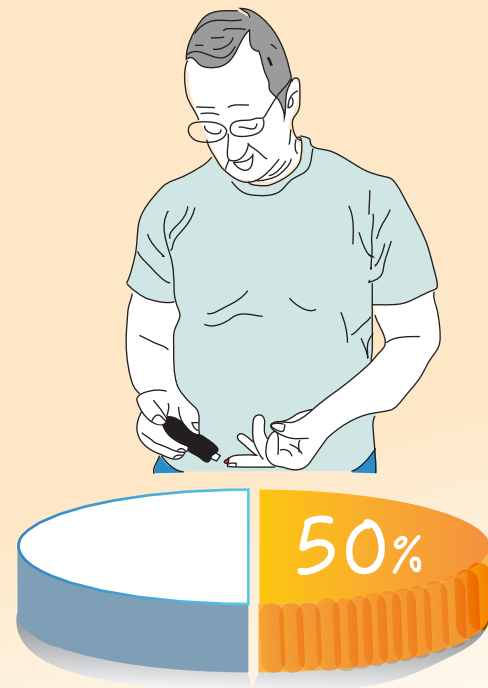
一分鐘測驗



代謝症候群是 睪固酮低下症 的高危險群¹⁻³



每 5 位**肥胖男性**，
有 2 人可能睪固酮低下⁴



每 2 位**第二型糖尿病男性**，
有 1 人可能睪固酮低下^{4,5}



恢復正常睾固酮

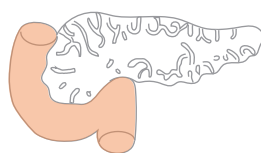
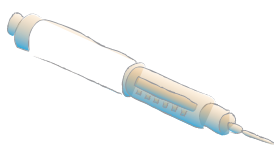
打破惡性循環

有效減重



- ✓ **降低** 體重、BMI 與腰圍⁶
- ✓ **減少** 體脂肪與內臟脂肪⁷

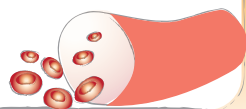
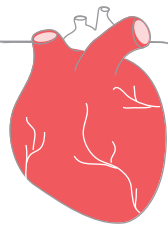
幫助控糖



- ✓ **改善** 胰島素敏感性⁸
- ✓ **緩解** 第二型糖尿病病情⁹

保護心臟

- ✓ **改善** 血脂數據⁹
- ✓ **降低** 心血管疾病與動脈粥狀硬化風險¹⁰
- ✓ **減少** 死亡風險¹¹



仍須配合代謝疾病專科治療及生活型態調整
建議諮詢專業醫師人員



常見迷思與疑問

Q1 睪固酮低下症是什麼？



睪固酮低下症是因睪丸功能下降，導致睪固酮濃度過低，進而影響：

- 1 身體狀態、
- 2 心理情緒、
- 3 新陳代謝。¹²

Q2 睪固酮低下症，要如何診斷？



醫師會先檢測睪固酮濃度，並依症狀與檢查結果，排除其他原因後進行判斷。^{13,14}

Q3 睪固酮低下症為何會讓代謝變得更差？



睪固酮濃度過低，會使身體對胰島素的敏感度降低而引起高血糖，並使內臟脂肪與體脂肪增加。⁶

Q4 我需要考慮接受睪固酮檢測嗎？



有睪固酮低下相關症狀(如疲倦、肌力下降、性慾低落、勃起功能障礙等)時，建議檢測¹³。此外，若男性合併以下情況，也可考慮檢測¹³：

- 1 肥胖者
- 2 代謝症候群患者
- 3 第二型糖尿病(尤其合併勃起障礙者)
- 4 對胰島素的敏感度降低者
- 5 心血管疾病患者

主動與您的醫師討論 掌握健康主導權

若您有以下這些困擾，可能有睪固酮低下症¹⁵



身體感受

- 容易疲倦
- 睡眠品質差
- 肌肉流失
- 乳房增大



心理狀態

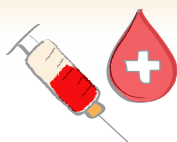
- 情緒波動大
- 失去活力
- 記憶與注意力變差



性功能症狀

- 性慾減退
- 勃起障礙
- 精液量減少或不孕

了解您的睪固酮濃度，只需簡單一步



早上空腹抽血檢測，就能了解您的
睪固酮數值是否正常¹⁴

BMI, body mass index; EAU, European Association of Urology.

參考資料：

1. Camacho EM, et al. *Eur J Endocrinol* 2013;168(3):445-455.
2. Caldas ADA, et al. *Arq Bras Endocrinol Metabol* 2009;53(8):1005-1011.
3. Laaksonen DE, et al. *J Clin Endocrinol Metab* 2005;90(2):712-719.
4. Dhindsa S, et al. *Diabetes Care* 2010;33(6):1186-1192.
5. Mulligan T, et al. *Int J Clin Pract* 2006;60(7):762-769.
6. Kalinchenko SY, et al. *Clin Endocrinol* 2010;73(5):602-612.
7. Ng Tang Fui M, et al. *BMC Med* 2016;14(1):153.
8. Corona G, et al. *J Endocrinol Invest* 2016;39:967-981.
9. Haider KS, et al. *Diabetes Obes Metab* 2020;22(11):2055-2068.
10. Aversa A, et al. *J Sex Med* 2010;7(10):3495-3503.
11. Hackett G, et al. *Int J Clin Pract* 2016;70(3):244-253.
12. Morgentaler A, et al. *Mayo Clin Proc* 2016;91(7):881-896.
13. Salonia A, et al. *EAU Guidelines on Sexual and Reproductive Health*. <https://uroweb.org/guidelines/sexual-and-reproductive-health> (Accessed 17 Dec 2025).
14. Taiwan Urological Association. 泌尿科治療指引 2024.
15. Hackett, G, et al. *Trends Urol Mens Health* 2023;14(3):21-25.

掃碼了解更多
睪固酮低下症

