

Простая операция для увеличения тестостерона

□ 15-20% мужчин этого сообщества могут увеличить свой тестостерон на 100 нг/дл, сделав простую операцию. □

Варикоцеле есть у [одной пятой](#) здоровых взрослых мужчин .

Варикоцеле - это, если коротко, расширение вен около семенников. Широкие вены = больше крови. Больше крови = теплее. Теплые тестикулы = меньше тестостерона и абнормальные показатели спермограммы.

Как понять, что есть варикоцеле?

- Сходи к андрологу.

Как понять, что надо оперировать?

- Сдай ФСГ и общий тестостерон. Если ФСГ выше 4.5 => [скорее всего, твоя спермограмма тоже будет не оптимальной](#). А это значит, что производство теста тоже нарушено. Если больше 4.5, операцию почти наверняка надо делать, но, как вы узнаете ниже, делать её многие ученые рекомендуют вне зависимости от анализов.

ФСГ вырабатывается гипофизом для того, чтобы стимулировать тестикулы на выработку тестостерона. Его высокие значения значат, что мозг хочет больше теста, но не получает его.

Среднее увеличение тестостерона после операции зависит от степени запущенности и продолжительности ситуации. Но [обычно](#), в [некоторых работах](#), ученые [обнаруживают](#), увеличение [в диапазоне 100 нанограмм на децилитр](#), что равняется 3.5 нм/л (наномоль на литр).

Как вы понимаете, это гигантское различие, которое может существенно улучшить жизнь.

Операция эта [одна из самых безопасных](#).

Тем не менее, очень многие врачи не будут рекомендовать вам делать операцию, если у вас нет симптомов. Но, как я показал, например, [в этой работе](#) демонстрируется, что вне зависимости от степени варикоцеле, тестостерон после операции в среднем увеличивается на 115 нг/дл.

Решение принимает каждый сам самостоятельно, но современные научные работы указывают на то, что операцию лучше делать, так как это сильно повлияет и на вашу спермограмму, и на общий , и на свободный тестостерон.

Спасибо, что вы здесь, думайте, но и консультируйтесь со специалистом.

Автор заметки: Глеб

Revision #2

Created 4 August 2023 13:38:19 by matvey033

Updated 22 December 2023 09:11:31 by Тимур