

DIABETES EN TESTOSTERON



Slanke mannen met diabetes hadden lager testosteron dan obese mannen zonder diabetes

In een onderzoek onder 160 mannen hadden de slanke mannen met type 2 diabetes een mediaan totaal testosteron van 302 ng/dL. Bij de obese mannen zonder diabetes lag dat op 510 ng/dL. De buik vertelt niet het hele verhaal.

Swipe

DE GEBRUIKELIJKE AANNAME

Vrijwel iedere man wijst eerst naar de buik

Vrijwel iedere man die zich zorgen maakt over zijn testosteron wijst eerst naar zijn buikomvang. Een patiënt-controleonderzoek onder 160 mannen, in 2024 gepubliceerd in *Diabetology & Metabolic Syndrome*, suggereert dat de buikomvang de kleinste helft van het verhaal is.

VIER GROEPEN VAN VEERTIG

302 tegen 510 ng/dL

Mediaan totaal testosteron: slank met diabetes type 2 302 ng/dL, obees met diabetes 284,5, slank zonder diabetes 505, obees zonder diabetes 510. De slanke groep met diabetes lag significant onder de slanke groep zonder diabetes, en ook onder de obese groep zonder diabetes, beide met p kleiner dan 0,001.

DE MATCHING DOET ERTOE

Dezelfde leeftijd, dezelfde BMI, dezelfde buikomvang

De twee hoofdgroepen, elk 80 mannen, waren statistisch niet van elkaar te onderscheiden op leeftijd (mediaan 43 jaar tegen 42 jaar, p 0,21), body mass index (mediaan 27,45 tegen 27,45 kg/m², p 0,67) en buikomvang (mediaan 94,5 tegen 95,5 cm, p 0,82). Het enige systematische verschil dat overbleef, was de diabetes.

DE HELFT VAN DE VARIATIE

Twee bloedbepalingen verklaarden 51,3 procent

HOMA-IR en HbA1c samen gebruiken om het totaal testosteron te voorspellen leverde een gecorrigeerde R-kwadraat op van 0,513. Die twee diabetesmarkers verklaarden ongeveer 51,3 procent van de variatie in het totaal testosteron binnen de groep. Het betekent niet dat die markers de helft van iemands testosteronwaarde veroorzaken.

NIET ALLEEN SHBG

Ook het berekende vrije testosteron daalde

Het mediane SHBG bedroeg 21,7 nmol/L in de diabetesgroep tegen 42,15 nmol/L in de groep zonder diabetes, p kleiner dan 0,001. Ook het berekende vrije testosteron daalde, van een mediaan van 9,22 naar 6,15 ng/dL, p kleiner dan 0,001. Was een dalend SHBG het hele verhaal geweest, dan zou het vrije testosteron behouden zijn gebleven of gestegen, en dat gebeurde niet.

WAT DIT BETEKEN

Slank zijn stelt u niet vrij

Heeft u type 2 diabetes of prediabetes, of is uw HbA1c bij de jaarlijkse controles langzaam opgelopen, dan is een normale BMI geen reden om aan te nemen dat het met uw testosteron wel goed zit. Glykemische instelling en hormonale gezondheid zijn geen gescheiden dossiers. Geen van beide uitspraken pleit voor behandeling; beide pleiten voor meten, en voor het meten van de juiste dingen op het juiste tijdstip van de dag.

DE EERLIJKE BEPERKINGEN



Een signaal, geen oordeel

De totale steekproef telde 160 mannen, 40 per cel, en dat is klein: één tertiair ziekenhuis in Alexandrië, deelnemers van 27 tot 45 jaar, met een gemiddelde diabetesduur van 1,15 jaar. Het toont samenhang, geen oorzakelijkheid, de richting staat niet vast, en de auteurs stellen dat hun resultaten elders mogelijk niet opgaan. Dit artikel dient uitsluitend ter algemene informatie en is geen medisch advies.