

知っておきたい

「男性の更年期障害」のこと

～ LOH症候群にご用心～

更年期障害は女性の病気と考えられていましたが、男性でも男性ホルモン(テストステロン)の低下により更年期障害の症状が現れることがあります(LOH(ロー)症候群:加齢男性性腺機能低下症候群)。

男性の場合、更年期障害が起こる時期は個人差が大きく、男性ホルモンの低下が始まる40歳以降、どの年代でも起こる可能性があります。



男性も更年期障害になる？

男性更年期障害質問票(AMSスコア)



症状の程度に応じてチェックをしてみましょう。

症状	なし	軽度	中等度	重度	極めて重度	あなたの点数
1 肉体的にも精神的にも調子が悪い	1	2	3	4	5	
2 関節や筋肉に痛みがある(腰痛・関節痛など)	1	2	3	4	5	
3 発汗・のぼせ	1	2	3	4	5	
4 眠れない、眠りが浅い	1	2	3	4	5	
5 よく眠くなるし、しばしば疲れを感じる	1	2	3	4	5	
6 いらいらする、不機嫌になる	1	2	3	4	5	
7 神経質になった	1	2	3	4	5	
8 不安になりやすい	1	2	3	4	5	
9 やる気がない、無気力、疲労感が取れない	1	2	3	4	5	
10 筋力の低下	1	2	3	4	5	
11 憂うつな気分、無力感	1	2	3	4	5	
12 自分のピークは過ぎたと感じる	1	2	3	4	5	
13 燃え尽きたと感じる、どん底の状態だと感じる	1	2	3	4	5	
14 髭の伸びが遅くなった	1	2	3	4	5	
15 性的能力の衰え	1	2	3	4	5	
16 朝立ちの回数が減少した	1	2	3	4	5	
17 性欲の低下	1	2	3	4	5	
1～17までの合計点						

訴えの程度

50点以上	37～49点	27～36点	26点以下
重度	中等度	軽度	なし

【出典】日本泌尿器学会 / 日本Men's Health医学会「LOH症候群診療ガイドライン」検討ワーキング委員会「加齢男性性腺機能低下症候群診療の手引き」

■更年期障害を疑う症状がある場合は「泌尿器科」を受診しましょう。

注意

AMSスコアは、更年期における男性が医療機関を受診する目安などを一定の方法で評価したものであり、更年期障害の診断は、AMSスコアに加え、診察によって行われます。



富士市ウェブサイトでは更年期障害に関する情報を掲載しています

令和6年4月作成

■富士市 健康政策課 ☎0545-64-8992
■富士市 地域保健課 ☎0545-64-8993

富士市本市場432-1
(フィランセ西館1階)