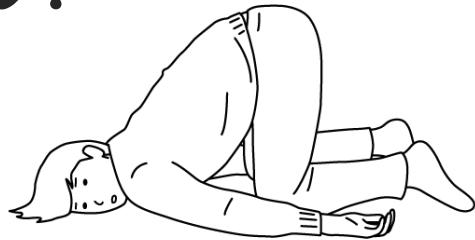


男性の更年期障害

40代以降の男性の皆さん！

今の身体の不調、

● ●
疲れ だけじゃないかもしれません！



男性も男性ホルモンが加齢とともに減少します。

女性は閉経前後にホルモンの急激な変化がありますが、男性は緩やかに減少します。そのため、男性はホルモンバランスの変化から様々な症状が出ていると、考えにくい傾向があり、他の病気と勘違いしていることもあります。

男性更年期障害の特徴

女性の更年期障害は閉経後5年程度で落ち着くことが多いですが、

男性更年期障害は特に終わりはありません。40代以降はいつでも起こるのが特徴です。

主な症状

疲れやすさ、疲れやすさ、不眠、不安、発汗・ほてり、イライラ、憂うつになる、集中力・記憶力の低下、肥満、頻尿、ED、性欲の低下

POINT

「なんとなく不調」が続くようであれば、セルフチェックや泌尿器科に受診してみてください。

生活習慣やストレスの軽減等により、改善することもあります。

治療もあります。症状の改善で生活自体が楽になることもあります。無理せず受診を。

チェックリスト

- 1 性欲の低下がある
- 2 元気がなくなってきた
- 3 体力あるいは持続力の低下がある
- 4 身長が低くなってきた
- 5 「日々の楽しみ」が少なくなったと感じる
- 6 もの悲しい、または怒りっぽい
- 7 勃起力が弱くなった
- 8 運動する能力が低下した
- 9 夕食後、うたた寝することがある
- 10 作業の能力が低下した

1, 7にチェック、または3つ以上チェックがある場合は

男性更年期障害の可能性あり

更年期障害について
詳しくはこちら



QR

川崎市健康福祉局保健医療政策部健康増進課

TEL:044-200-2411 FAX: 044-200-3986