

意外と知らない!?

男性更年期障害

更年期障害と言えば女性の病気という風に思われる方は多いかと思えます。

実は男性も更年期障害というものがあることが認知されてきたのか専門の外来までみられるようになりました。

男性も加齢と共に男性ホルモンの**テストステロン**が減少し、さらに心身ともにストレス、運動不足などで症状がみられるようになりました。

では、どんな症状が出るのかと言いますと…

- ・総合的に調子が良くない
- ・関節や筋肉の痛み
- ・ひどい発汗
- ・不眠
- ・よく眠くなる
- ・イライラする
- ・憂鬱な気分
- ・性的能力の衰え
- ・早朝勃起の回数の減少
- ・性欲の低下
- ・ひげの伸びが遅くなった
- ・力尽きた

などがあります。日本泌尿器科学会のHPに紹介されているのでチェックしてみてください。

また、気になる症状がある時は専門外来または泌尿器科などを受診しテストステロン値などを調べてもらいましょう。

一体何歳から男性の更年期障害が表れやすいのかご存じですか？

働き盛りの40歳代～50歳代が多いようです。

テストステロンというホルモンは性功能他、骨や筋肉を作ったり精神的な面にも関わっているそうです。

最近なんだか調子が良くないな～と感じた方ももしかしたら更年期障害かもしれません。

