



男性更年期障害 (Aging Males' Symptoms: AMS) 質問票

お名前

記入日

年

月

日

以下の質問は、あなたが男性更年期障害かどうか参考にするためのものです。
各項目ごとに、あなたの状態に最も近いものを、1つだけ選んでチェックしてください。

症状	なし	軽い	中等度	重い	非常に重い
1. 総合的に調子が思わしくない (健康状態、本人自身の感じ方)	1	2	3	4	5
2. 関節や筋肉の痛み (腰痛、関節痛、手足の痛み、背中痛み)	1	2	3	4	5
3. ひどい発汗(思いがけず突然汗が出る、緊張や運動とは関係なく火照る)	1	2	3	4	5
4. 睡眠の悩み(寝つきが悪い、ぐっすり眠れない、寝起きがはやく疲れが取れない、浅い睡眠、眠れない)	1	2	3	4	5
5. よく眠くなる、しばしば疲れを感じる	1	2	3	4	5
6. いらいらする(当り散らす、些細なことにすぐ腹を立てる、不機嫌になる)	1	2	3	4	5
7. 神経質になった(緊張しやすい、精神的に落ち着かない、じっとしていられない)	1	2	3	4	5
8. 不安感(パニック状態になる)	1	2	3	4	5
9. 身体の疲労や行動力の減退(全般的な行動力の低下、活動の減少、余暇活動に興味がない、達成感がない、自分を急かさないと何もしない)	1	2	3	4	5
10. 筋力の低下	1	2	3	4	5
11. 憂鬱な気分(落ち込み、悲しみ、涙もろい、意欲がわかない、気分のむら、無用感)	1	2	3	4	5
12. 「絶頂期は過ぎた」と感じる	1	2	3	4	5
13. 力尽きた、どん底にいると感じる	1	2	3	4	5
14. ヒゲ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. 早朝勃起(朝立ち)の回数の減少	1	2	3	4	5
17. 性欲の低下(セックスが楽しくない、性交の欲求が起きない)	1	2	3	4	5

症状の程度

17～26点

27～36点

37～49点

50点以上

更年期障害ではない

軽度の可能性

中等度の可能性

重度の可能性

一度テストステロンを測定してください

泌尿器科へご相談ください

合計

点



きつかわクリニック

東京都港区芝5-31-16 YCC田町ビル4F 03-3451-1731