



Shin-Kobe 漢方薬だより

男性更年期障害と漢方 11月 (Vol.4)

更年期障害と言えば、女性特有の症状というイメージがありますね。今回はその女性更年期障害について説明しましたが、今回は男性の更年期障害についてのお話です。

女性の更年期障害の原因は女性ホルモンであるエストロゲンの低下によりますが、男性の場合には男性ホルモンであるテストステロンの低下がその原因となります。女性の更年期とは閉経前後の合計10年と限定的ですが、男性の場合はテストステロンが40歳前後からずっと下がりが続くためどの年代でもおこります。また更年期症状の発症には職場や家庭などまわりの環境によるストレスも大きな影響を与えます。

テストステロンは男性的な特徴である、隆々とした筋肉、性機能、判断力や理解力など認知機能を生みだします。これが不足することによって、筋肉量が減って脂肪が付きやすくなる（ことで脳や心臓の血管への悪影響がある）、性的能力の低下、やる気や集中力がなくなる、といった症状がみられます。症状は多彩で、その他にも身体的には発汗ほてり、冷え、疲れやすさ、頻尿などが、メンタル的には意欲の低下、不安、憂うつ、イライラなどもみられます。男性更年期と抑うつ状態との関係性も指摘されています。

男性更年期障害を調べるには、血液検査によるテストステロン値の測定や問診票によるスコア計算などを行います。血液検査は午前中の測定が推奨されています。

治療はまずは睡眠、運動など生活習慣の改善が重要ですが、そのほか漢方薬処方やホルモン補充療法などを行います。漢方薬では補中益気湯、八味地黄丸、柴胡加竜骨牡蠣湯などがよく用いられます。

働き盛りの40歳頃から退職後は、男性にとって責任や競争、環境の変化など大きなストレスにさらされる機会が多い時期です。先ほど述べたような心身の不調がみられた場合には、男性更年期障害も念頭に置いて原因を調べていく必要があります。内分泌内科専門医と漢方専門医による診察を行っていますのでご相談ください。

副院長：岡田 直己



糖尿病・内分泌・漢方内科 新神戸おかだクリニック

電話：078-241-1350