

男性更年期障害問診表

カルテNO. _____

氏名 _____

年齢 _____

		ない	軽度	中等度	重度	極めて重度
1	肉体的、精神的健康状態の低下を感じる。自覚症状がある。	1	2	3	4	5
2	関節痛や筋肉痛がある。例えば、腰痛、関節痛、手足の痛み、背中全体の痛みなど。	1	2	3	4	5
3	汗をよくかく。思いがけない発汗、突然発汗する。緊張していないのに、のぼせたりする。	1	2	3	4	5
4	睡眠障害がある。寝付けない、しばしば目が醒める。早く目がさめ、疲れを感じる、睡眠不足、眠れない。	1	2	3	4	5
5	睡眠の欲求が強く、しばしば疲労感がある。	1	2	3	4	5
6	怒りっぽく、イライラする。小さなことですぐカッとなる、不機嫌になる	1	2	3	4	5
7	神経過敏である。緊張感がある、落ち着かない、そわそわする。	1	2	3	4	5
8	不安、心配しやすい。パニックになりやすい。	1	2	3	4	5
9	身体的疲労感、活力不足である。能力全般の低下、活動の低下、暇活動への興味の低下、無気力、達成感がない。何かをするのに、ムリに奮い立たせないといけない。	1	2	3	4	5
10	筋力が低下してきた。弱くなってきたと感じる。	1	2	3	4	5
11	憂うつ気味である。落ち込む、物悲しい、泣きそうな感じ、意欲減退、気分の浮き沈み、無力感を覚える。	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、どん底状態にあると感じる。	1	2	3	4	5
14	あごひげの伸びが遅くなってきた。	1	2	3	4	5
15	性的活動、頻度が低下した。	1	2	3	4	5
16	朝だちの回数が減少した。	1	2	3	4	5
17	性欲や性的衝動が減少した。	1	2	3	4	5

【摘要】 症状の重症度の評価方法は、17～26点が「なし」、27～36点が「軽度」、37～49点が「中等度」、50点以上が「重症」となります。