

## 医療連携ニュース NO.50

TEL:(03)3373-5931 FAX:(03)3370-7478 URL <http://www.jreast.co.jp/hospital/>  
発行責任者：医療連携室長 笠原健一 担当：樋口正和、遠藤裕貴奈

### 泌尿器科

#### \* 男性の更年期障害 \*

#### 【男性更年期障害とは ～LOH症候群のメカニズム～】

男性更年期障害は2007年に日本泌尿器科学会と日本メンズヘルス学会によって加齢男性性腺機能低下症候群(LOH症候群/Late Onset Hypogonadism in males)として確立されました。LOH症候群は男性ホルモン(テストステロン)の低下が原因として引き起こされるさまざまな症状を総称した疾患名で、本来は加齢とともに緩やかに減少するテストステロンが急激に減少したり、あるいは減少するテストステロンの体に対する影響に対応できない場合、発症することがあります。

これまでの統計によると、40歳代後半から60歳代中頃がLOH症候群にかかりやすい年代とされていましたが、近年、LOH症候群と診断される年代は低下傾向にあります。テストステロンの分泌と生成は精神的な影響を受けやすく、特に強いストレスを受け続けると抑制されます。そのため、中間管理職の多い40歳前後の男性に多く発症する傾向が認められています。

#### 【LOH症候群の徴候と症状】

LOH症候群の徴候や症状には次のようなものが挙げられます。

①性欲の低下や勃起機能不全(ED)、夜間睡眠時勃起(朝立ち)の減退、②細かい作業に集中できないなど知的活動、認知力の低下、③感情を抑えられない、乱暴な性格になるなどの性格変化、④イライラする、疲労感、抑うつなどの気分変調、⑤寝つけないなどの睡眠障害、⑥筋力の低下と内臓脂肪の増加、⑦体毛の減少と皮膚の変化、⑧骨粗しょう症に伴う骨塩量の低下と骨折のリスクの増加

LOH症候群の精神症状はうつ病と類似しており、治療には精神神経科や心療内科との連携が重要となりますが、テストステロンの減少を原因とする点でうつ病とは区別されます。

#### 【診断と治療法】

診断にはテストステロンを計測するホルモンの学的検査と、臨床症状を評価する質問表(AMSスコア)が利用されます。治療には、テストステロンを2～4週間ごとに外来で注射投与するテストステロン補充療法(ART)と、サプリメントや漢方などの補助療法があり、血中テストステロン値が基準値以下であった場合はARTが適応されます。また、基準値以上であるにも関わらず心理症状が強い場合は、精神神経科医または心療内科医と相談し、抗うつ薬、抗不安薬を、性機能障害が強い場合は、勃起治療薬であるPDE5阻害薬(バイアグラ、レビトラ、シアリス)を投与します。

前立腺がんの治療中、PSA高値、重度前立腺肥大症、肝腎機能障害の患者の方はARTの適応が除外されますが、ART以外にもテストステロンを活性化させるサプリメントや漢方があるので、外来受診時に相談が必要です。

また、男性ホルモンを増やすための日常生活や食事も治療法の一つです。一番重要なのはストレスを溜めないことですが、1日15分程度の適度な運動、脳代謝を良くするためのパズル挑戦などによる脳への刺激のほか、高タンパク質食、山芋、高麗人参、アボガド、オリーブオイルなどの不飽和脂肪酸の摂取がテストステロンの生成や分泌を促します。

### 【治療の効果と問題点】

LOH症候群に対する治療は通常長期間にわたって行われます。ARTを行うと血清テストステロン値はほぼ全例で上昇しますが、治療効果についてはその血清テストステロン値の改善に伴うLOH症候群の症状および徴候についてそれぞれ評価されます。そのため、治療効果判定には月1回の外来受診と3か月に1回のテストステロンの計測が必要となります。

テストステロンは多くの臓器や身体組織に作用するステロイドホルモンであるため、ARTに際しては、心血管系疾患、脂質代謝異常、多血症、体液貯留、前立腺肥大症、前立腺がん、肝毒症、睡眠時無呼吸症候群、女性化乳房、精巣委縮、不妊などのリスクが考えられます。また、前立腺は男性ホルモンの影響を強く受ける臓器で、前立腺がんや前立腺肥大症は男性ホルモンを栄養として成長するため、ART開始前には専門医の診察と前立腺腫瘍マーカー(PSA)を検査することが重要です。

まずは、別表の男性更年期障害問診票をチェックし、総合評価が中等度以上だった方は泌尿器科の受診を検討してみてください。

#### LOH症候群に対する問診票(AMSスコア)

氏名 \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_

この問診票は男性更年期障害にみられる症状がどれくらいあるのかをみるためのものです。ありのままにお答え下さい。あてはまるところに○をつけて下さい。

	なし (1点)	軽い (2点)	中等度 (3点)	重い (4点)	非常に重い (5点)
1 総合的に調子が思わしくない					
2 関節や筋肉の痛みがある					
3 ひどい発汗がある					
4 睡眠の悩みがある					
5 よく眠くなる					
6 いらいらする					
7 神経質になった					
8 不安感がある					
9 体の疲労や行動力の減退がある					
10 筋力の低下がある					
11 憂うつな気分だ					
12 「絶頂期は過ぎた」と感じる					
13 力尽きた、どん底にいると感じる					
14 ひげの伸びが遅くなった					
15 性的能力の低下がある					
16 早朝勃起(朝立ち)の回数の減少					
17 性欲の低下がある					

#### ◆ 診療予約のご案内 ◆

当院の診療は予約制です。診療情報提供書をお持ちの患者様は医療連携室へお電話頂ければ受診予約をお取りさせていただきます。

#### ◆ 検査予約のご案内 ◆

(胃カメラ・大腸カメラ・CT・骨シンチ・副甲状腺シンチ・ガリウムシンチ・骨密度)

地域医療機関からの検査予約を承っております。ご依頼の際は当院所定の「検査予約票(FAX用)」に必要事項をご記入の上、医療連携室宛にFAX送信下さい。予約が取れ次第、検査予約表等をFAX送信させていただきます。「検査予約票(FAX用)」はお手数ですが当院のホームページからダウンロードして頂くか、下記医療連携室までご連絡頂きますようお願い申し上げます。



(後列左より)

後藤看護師 伊藤看護師 小出看護師

(前列左より)

遠藤部長 讃岐医長

◆ 医療連携室 ◆

TEL 03-3373-5931

FAX 03-3370-7478

受付時間

月曜日～金曜日および第2・4土曜日(祝日を除く)

8:30～17:00