

男性更年期 チェックポイント

※2つ以上当てはまったら要注意※

- 不規則な生活で寝る時間や食事時間がバラバラ
- 仕事や人間関係で強いストレスを感じている
- 体調がすぐれず、気持ちが上がらない
- 寝つきが悪く、睡眠が浅いと感じる。
- いきなり不安や寂しさを感じることがある
- ほてり、のぼせ、多汗がある
- 最近ひげの伸びが悪くなった
- 性欲や勃起力が減退したと感じる
- 最近「朝立ち」がめったにない

病気ではないけれど心身の不調が続く、いわゆる「更年期障害」。女性特有のものと思われがちだが、男性にも現れる。例えば倦怠感、めまい、発汗、不眠。それらの不調には個人差があるが、症状が出ていても自覚しにくく、「年齢のせいだから仕方ない」と放置され、ひどくなると寝込んで、うつ症状が出ることもあるという。「中島

「『年齢のせい』で放置しないで」 男性更年期の相談や治療

中島内科クリニック

内科クリニック（中島茂院長／横須賀市米が浜通1の17YMビル2階）では、早期の相談・受診を呼び掛けている。

漢方薬という選択肢

男性更年期障害の直接原因は加齢による男性ホルモン「テストステロン」の低下だが、環境や生活習慣の変化、ストレスや不眠などによっても強く影響を受ける。注射によるホルモン補充が主な治療になるが、「当院では漢方薬を併用したア

プローチも積極的に行っています」と渡邊隆史医師。注射が使いにくい人や現在使っている人でも症状改善の可能性があるという。複数の漢方薬が更年期症状を改善させる報告されており、体質や症状の出方から個々に合った漢方薬を処方する、いわばオーダーメイドの治療法だ。男性更年期に限らず、冷えや倦怠感、胃腸障害、気象病など幅広い症状に対し西洋医療と併用して治療している。事前予約の上、来院を。【診察要予約】漢方外来：月曜午後2時～5時／男性更年期外来：毎日午前中／☎046・829・1091

市民まつり

8月19日



過去に盛り上がりを見せた音楽ライブ

関しては参加できない。希望者は市民協働課や南下浦・初声出張所窓口、市ホームページにある参加事業企画書に必要な事項を明記し、〒2388-0298 三浦市城山町1の1 ☎046・8882・1111 2・1190@shinkiyodo0101@city.mura.kanagawa.jp 8月19日(金)締切。問い合わせは ☎046・8882・1111 (内線313)