

ハイネマンのAMSスコア

名前 様 57 オ

症状		ない	軽い	中等度	重い	非常に重い
問	点数	1	2	3	4	5
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)				○	
2	関節や筋肉の痛み (腰痛、関節痛、手足の痛み、背中の痛み)		○			
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ほてる)		○			
4	睡眠の悩み (寝つきが悪い、ぐっすり眠れない、寝起きが早い、疲れがとれない、浅い睡眠、眠れない)				○	
5	よく眠くなる、しばし疲れを感じる			○		
6	いらいらする (当たり散らかす、些細な事にすぐ腹を立てる、不機嫌になる)		○			
7	神経質になつた (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)		○			
8	不安定 (パニック状態になる)				○	
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、達成感が無い、自分をせかさないと何もしない)					○
10	筋力の低下		○			
11	ゆううつな気分 (落ち込み、悲しみ、涙もろい、食欲がわからない、気分のむら、無用感)			○		
12	「人生の山は通り過ぎた」と感じる			○		
13	力尽きた、どん底にいると感じる			○		
14	ひげの伸びが悪くなった		○			
15	性的能力の衰え			○		
16	早期勃起(朝立ち)の回数の減少			○		
17	性欲の低下 (セックスが楽しくない性交の欲求が起こらない)			○		
合計		50				

治療前

【男性更年期障害の程度】

17～26点：なし、27～36点：軽度、37～49点：中等度、50点以上：重度