

お名前

検査日

月

日

男性更年期・LOH症候群セルフチェック(AMSスコア)

	症状	なし	軽い	中程度	重い	非常に重い
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)	1	2	3	4	5
2	関節や筋肉の痛み (腰痛、関節痛、手足の痛み、背中の痛み) <input type="checkbox"/>	1	2	3	4	5
3	ひどい発汗 (思いがけず突然汗が出る。緊張や運動と関係なくほてる)	1	2	3	4	5
4	睡眠の悩み (寝つきが悪い、ぐっすり眠れない、寝起きが早く疲れがとれない、浅い睡眠、眠れない)	1	2	3	4	5
5	よく眠くなる、しばしば疲れを感じる	1	2	3	4	5
6	いらいらする (当り散らす、些細なことにすぐ腹を立てる、不機嫌になる)	1	2	3	4	5
7	神経質になった (緊張しやすい、精神的に落ち着かない、じっとしてられない)	1	2	3	4	5
8	不安感 (パニック状態になる)	1	2	3	4	5
9	からだ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、達成感がない、自分をせかさないと何もしない)	1	2	3	4	5
10	筋力の低下	1	2	3	4	5
11	憂うつな気分 (落ち込み、悲しみ、涙もろい、意欲がわかない、気分のむら、無用感)	1	2	3	4	5
12	”絶頂期は過ぎた”と感じる	1	2	3	4	5
13	力尽きた、どん底にいると感じる	1	2	3	4	5
14	ひげの伸びが遅くなった	1	2	3	4	5
15	性的能力の衰え	1	2	3	4	5
16	早期勃起(朝立ち)の回数の減少	1	2	3	4	5
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)	1	2	3	4	5
	合計点数					

■ 総合評価

17-26点：なし、27-36点：軽度の可能性あり、37-49点：中等度の可能性あり、50点以上：重度の可能性あり