



健康のページ

ストレスは男性ホルモンの分泌を妨げ、40〜60代男性の「更年期障害」の引き金になる心配がある。仕事も家庭も心配事が多い中高年世代。男性も漢方をうまく使って乗り越えよう。(渡辺理雄)

男性ホルモンには、筋肉や骨を作ったり、意欲を高めたりする働きがある。ホルモン分泌は20代が最も多く、加齢とともに低下し、その影響で40代から筋力低下や内臓脂肪の増加、性機能の衰えなどが表れる。意欲低下、不眠、うつ症状などに苦しめられることもある。血液中の男性ホルモン(遊離型テストステロン)が正常値より低い場合は、

男性の更年期障害

注射や軟膏でホルモンを補充する治療が選択肢となる。ただ、男性ホルモンは前立腺がんのリスクを高めたり、小さな血の塊が血管内に出来やすくなったりする心配があり、経過を見ていく必要がある。漢方は副作用が少なく、心身の不調の原因を突き止

漢方薬 症状に応じて

◆男性の更年期障害
女性の更年期障害に倣った呼び名。男性ホルモンの低下による諸症状を日本泌尿器科学会は「加齢男性性腺機能低下症候群」(LOH症候群)として、2007年に診療の手引を発行している。筋肉の衰えや内臓脂肪の増加、不眠やうつなどの精神症状、性欲の低下などが表れる。

男性更年期障害によく処方される漢方薬

かみしょうようさん 加味逍遙散	けいしぶくりようがん 桂枝茯苓丸
体質虚弱で、疲れやすく、不安、不眠、イライラがある	赤ら顔が多く、腹が出ていて頭痛、肩こり、目まい、のぼせなどがある
症 状	
どうきやくやくさん 当帰芍薬散	筋肉があまりなく、疲れやすい。全身倦怠(けんたい)感など
はちみじおうがん 八味地黄丸	疲労やすい。頻尿または尿が少ない。性機能の衰え
ほちゅうえいじきとう 補中益気湯	胃腸機能の衰え。手足の倦怠感

(長野赤十字病院・天野俊康さん監修)

めることが出来なくても、体力や症状に応じて様々な薬を試せる。保険適用で医療費も安くすむ。これに対し、男性ホルモンの薬剤は保険がきく場合とときかない場合がある。

長野市の長野赤十字病院で「男性更年期外来」を週1回開いている天野俊康さんは初期の治療として、女性更年期障害の3大漢方薬とされる「桂枝茯苓丸」「加味逍遙散」「当帰芍薬散」を中心に漢方を処方している。

意欲低下・不眠など

「ホルモン低下で生じる症状という点では、女性も男性も同じ。151人のデータをまとめた結果によると、約7割の患者で症状の改善が見られました」と話す。長野県内の40代後半の会社員男性は営業で成績を上げ、同県の事務所所長にな

充する治療を行った。男性は間もなく職場に復帰した。天野さんは「仕事のストレスがホルモン低下を招き、症状を悪化させている面もある。漢方では薬の種類を決める際に患者の話をより丁寧に聞く。治療の入り口として最適」と説明する。

東京都千代田区の神田医新クリニック理事長の横山博美さんも、男性ホルモンの補充などに加えて、漢方を多く取り入れている。「早く良くなりたいと焦っている患者にはホルモン剤を数週間使った後で、漢方薬に切り替えていくということもよくしています」(横山さん)

冷え、のぼせ、動悸など原因がはっきりしない体の不調と心の不安を訴える男性には、半夏厚朴湯が効果的であることが多い。また、やせて顔色が悪く、精神的にも疲れた様子が見える場合には、桂枝加竜骨牡蛎湯が適しているという。横山さんが話す。「治療で意欲が戻ったら、生活習慣の改善を。体内の脂肪は男性ホルモンの働きを妨げ、適度な運動はホルモン分泌を促します。1駅分歩いただけでもいい。予防を心がけてください」