



4910853612410 00124

## 生涯現役//お助けワイド面

# 今日のストレス

# 明日の病気

ストレスを抱えて鬱になる。これはまあ考えられることではあるが、中高年男性を襲う、もう一つの鬱症状の原因がある。「男性更年期」だ。男性ホルモンの低下が招く、深刻な悩みとは……

Eさん(51)はIT関連企業の部長職。最近、どうにも元気がない。ストレスのネタは数えきれないほどあるが、それとは別の次元で、疲弊しているようなのだ。「とにかくやる気が出ないんです。人間ドックでも、血圧と尿酸値が少し高めなこと以外、問題もないのに……」

出社してから夕方、帰るまで、数えきれない数のため息をつく。集中力が出ないので、会議の資料を読むのさえおっくうになる。電車ではひと駅の間でも座りたい。酒を飲んでもテレビを観ても楽しくない。当然のことながら夜のお務めも長らく果たせていない。奥

さん、美人なのに……

「男性更年期の可能性があまりま

# やる気低下など鬱症状 ホルモン補充で改善も

## 男性更年期



イラスト・メソポ田宮文明

すねと語るのは、東京都新宿区にある飯田橋中村クリニック院長で泌尿器科医の中村剛医師。そのメカニズムを次のように説明する。

「女性が閉経によって女性ホルモン量が低下し、さまざまな不定愁訴を招くのが更年期障害ですが、男性も加齢とともに男性ホルモンの量が下がって、さまざまな症状を引き起こすことがあります。その代表的な症状が鬱症状で、Eさんのような「やる気の低下」「飽きっぽくなる」といった症状が顕著です」

鬱症状を感じた人の多くは心療内科を受診するが、男性更年期による鬱症状は、抗鬱剤や安定剤では効果が期待できない。逆に男性ホルモンの補充療法を行うことで、元気が出てくるケースが多いという。

「男性ホルモンが低下した男性全員が更年期症状を示すわけではないが、そこにストレスが加わることで発症したり、症状を悪化させたりすることは珍しくない。また、鬱病のように神経質な人に多いといった傾向も見られない。心療内科的な治療で効果が見られない時は、男性更年期を疑ってみる価値はあります」と中村医師。

Eさんのような人は意外に多い。ホルモンの値は血液検査で簡単にわかるので、思い当たる人は一度、泌尿器科を受診してはどうだろう。

(長田昭二)