

AMSスコア（男性更年期障害質問票）

それぞれの答えに対して、症状がない場合1点、非常に重い場合は5点というように症状の重さに合わせて、1～5点の点数をつけます。17項目の合計点で症状の程度を把握します。

	症状	極めて重度	重度	中等度	軽度	無
①	肉体的にも精神的にも調子が悪い	1	2	3	4	5
②	関節や筋肉に痛みがある（腰痛・関節痛など）	1	2	3	4	5
③	発汗・のぼせ	1	2	3	4	5
④	眠れない、眠りが浅い	1	2	3	4	5
⑤	よく眠くなるし、しばしば疲れを感じる	1	2	3	4	5
⑥	いらいらする、不機嫌になる	1	2	3	4	5
⑦	神経質になりやすい	1	2	3	4	5
⑧	やる気がない、無気力、疲労感が取れない	1	2	3	4	5
⑨	筋力の低下	1	2	3	4	5
⑩	憂うつな気分、無力感	1	2	3	4	5
⑪	自分のピークは過ぎたと感じる	1	2	3	4	5
⑫	燃え尽きたと感じる、どん底の状態だと感じる	1	2	3	4	5
⑬	髪の毛の伸びが遅くなった	1	2	3	4	5
⑭	性的能力の衰え	1	2	3	4	5
⑮	朝立ちの回数が減少した	1	2	3	4	5
⑯	性欲の低下	1	2	3	4	5

自己採点の評価方法（合計点）

17～26点：なし

27～36点：軽度

37～49点：中等度

50点以上：重度