



2023年8月8日(火)

夏バテ？それとも男性更年期？
猛暑の影響か、Dクリニック東京/大阪での更年期症状の
7月の相談件数が182%（※前月比）に！
今年の夏は「日傘」で対策を！

Dクリニック東京/大阪(所在地:東京都千代田区/大阪府大阪市、院長:安田吉宏/鈴木 雄一郎)では、連日続く猛暑の影響か、夏バテの症状と男性更年期の症状が類似し、自分自身が更年期であることに気付かなかったという患者様が増えており、7月の相談件数が前月比182%と増加しています。そこで、Dクリニックでは夏バテと更年期症状の見極め方、今年の夏に行うべき対策について解説いたします。



■猛暑の影響か、今年の夏は夏バテと男性更年期の見分けがつきにくい！？

Dクリニックでは、連日続く猛暑の影響か、ここ数ヶ月男性更年期の症状に悩む患者様が増えており、7月は前月比182%と相談件数が増加しています。男性更年期症状は主に50代男性に発症しやすいと言われていますが、最近では30代、40代男性の患者様も増えています。さらに、患者様からは「夏バテと勘違いしてしまい、自分自身が更年期であることに気付かなかった」というお声が増えています。

夏バテとは、夏の暑さによって自律神経系が乱れることによって起こります。症状はさまざまですが、主に全身の倦怠感と食欲不振の2つが多く見られるのが特徴です。体調が安定しないことはもちろんですが、「身体が重く感じてだるい、やる気が出ない」「食べ物を見ても口に入れたくない」「頭が重くてイライラする」などの症状が現れます。

一方で男性更年期は、「ストレスによるテストステロン(男性ホルモン)の低下」が原因です。重度のストレスや環境

の変化によっても影響を受け、放っておくと様々な悪影響を及ぼします。

症状としては、「疲れやすい」、「集中力がない」、「やる気が出ない」、「なんとなく鬱っぽい」、「イライラしやすいなど」と夏バテと似た症状が現れます。そのため、区別がつかずに、更年期症状を見過ごしてしまう人もいます。

■Dクリニックの更年期検査「男性カドック」

Dクリニックの男性カドックでは、男性力を「身体的」「精神的」「性的」側面から総合的に判断、評価いたします。病気の原因追求はもちろんのこと、日ごろの健康管理まで幅広くカバーできるのが特徴です。

男性更年期について：<https://kounenki.menshealth-tokyo.com/>

男性カドック：<https://kounenki.menshealth-tokyo.com/dock/>

夏バテと男性更年期：https://kounenki.menshealth-tokyo.com/mens_power/



■男性更年期を放っておくと「心筋梗塞」や「狭心症」に繋がる可能性も？

今年の夏は男性も「日傘」で対策を！

辻村 晃(つじむら あきら)



生殖医学、性機能障害の治療に注力し、不妊に悩む数多くのご夫婦を助けてきた。

日本泌尿器科学会 専門医・指導医

日本生殖医学会 生殖医療専門医・指導医

略歴

順天堂大学医学部附属浦安病院泌尿器科 教授

Dクリニック東京 医師

兵庫医科大学卒業。国立病院機構大阪医療センター勤務後、ニューヨーク大学に留学し細胞生物学臨床研究員を務める。大阪大学医学部泌尿器科准教授などを経て、順天堂大学医学部附属浦安病院泌尿器科教授。Dクリニック東京でも従事。

「心筋梗塞」や「狭心症」といった症状は、男性ホルモンの低下が原因となっているケースがあります。男性ホルモンの低下によって加齢現象として見逃されがちな「メタボリックシンドローム」や「高血圧」が進むにつれ、末梢部分の血管が圧迫されるなどの原因が重なり、心筋梗塞などのリスクが高まります。

男性更年期と夏バテを見極める方法として、まずは夏バテの対策を取り、それでも症状の改善の兆しが見えないようであれば、男性更年期障害を疑ってみたほうが良いかもしれません。男性更年期の自覚症状としては3つあります。1つは「心(精神)」で、「やる気がしない」「集中力が続かない」「楽しめない」などの症状。2つ目は「疲れやすい」「筋力が落ちた」「ビール腹になった」などの「身体」の変化。3つ目は「性」の変化。「性欲がわからない」「就寝時に勃起(朝勃ち)しない」などの症状に出ます。また、夏の時期の男性更年期対策としては、「日傘の活用」「飲酒を控えたやさしい食事」「筋トレ」の3つを試してみると良いでしょう。

▼Dクリニックについて

東京・新宿・名古屋・大阪・福岡・札幌で頭髪治療において、300万人の治療実績を有する※6つの専門クリニックです。NPO法人F.M.L.にて最新医療の研究をもとに、同一の治療プロトコルを共有しています。皮膚科、形成外科、メンタルヘルス(精神神経科)等の各分野の専門医が連携し、AGA(男性型脱毛症)や女性の脱毛症をはじめとする男女の頭髪の悩みを解決するために、最新の医学情報を共有しながら、研究を重ね、治療に活かし、患者様一人ひとりに最適な治療を施す総合頭髪治療を提供しています。

<https://www.d-clinicgroup.jp/clinic/>

※1999年7月～2023年1月 Dクリニック、クレンジュ延べ患者数