男性更年期障害　質問票　あてはまるものに〇を付けてください。

	症状	なし	軽い	中等度	重い	非常に重い
	点数	1	2	3	4	5
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）	1	2	3	4	5
3	ひどい発汗（思いがけず突然汗が出る。緊張や運動とは関係なくほてる）	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、寝つきが早く疲れが取れない、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（当たり散らす、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、じっとしていられない）	1	2	3	4	5
8	不安感（パニック状態になる）	1	2	3	4	5
9	体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	早朝勃起（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、性交の欲求がおきない）	1	2	3	4	5
		合計				点

訴えの程度　17～26 点：なし、27～36 点：軽度、37～49 点：中等度、50 点以上：重度