

AMS問診票

各項目を1～5点の5段階で自己評価を行い、 合計点を出して判定ください。	なし	軽い	中等度	重い	非常に 重い
	1 点	2 点	3 点	4 点	5 点
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)					
関節や筋肉の痛み。 (腰痛、関節痛、手足の痛み、背中痛み)					
ひどい発汗 (思いがけず突然汗が出る。緊張や運動と関係なくほてる)					
睡眠の悩み (寝つきが悪い、ぐっすり眠れない、寝起きが早く、疲れがとれない、浅い睡眠、眠れない)					
よく眠くなる、しばしば疲れを感じる					
いらいらする (当り散らす、些細なことにすぐ腹を立てる、不機嫌になる)					
神経質になった (緊張しやすい、精神的に落ち着かない)					
不安感 (パニック状態になる)					
身体の疲労や行動力の減退 (行動力の低下、活動の減少、余暇活動に興味がない)					
筋力の低下					
憂うつな気分 (落ち込み、悲しみ、意欲がわからない、虚無感)					
”人生の山は通り過ぎた”と感じる					
力尽きた、どん底にいると感じる					
ひげの伸びが遅くなった					
性的能力の衰え					
早期勃起の回数の減少					
性欲の低下 (性交の欲求が起こらない)					
合計点 ● 26点以下 : 症状なし ● 27～36点 : 軽度 ● 37～49点 : 中程度 ● 50点以上 : 重度					