

43 歲中年男不運動 更年期提早上身

【聯合報／記者蔡容喬／高雄報導】2012.11.23

青壯年男性如果不運動、暴飲暴食，不但易罹三高症候群，小心更年期提早上身！醫師發現，不少久坐辦公桌前的四、五十歲男性，懶得運動又愛吃，更年期提早來報到。

高雄地區一名四十三歲男性上班族，最近總覺得無精打采，白天在辦公室打瞌睡，晚上回家就賴在沙發上看電視，放假也提不起勁，本以為工作太累不以為意，直到晚上連「房事」也受影響，才到泌尿科檢查，發現睪固酮濃度三二〇ng/dl，低於標準值三四六 ng/dl。

高雄市大同醫院泌尿科醫師蔡嘉駿表示，女性更年期可從是否停經判別，但男性更年期難以清楚界定，有人四十歲就出現「初老」，提早進入「更年期」。臨床治療發現，許多初老的青壯年男性，都是因為三高、情緒問題或性功能障礙求診，透過睪固酮濃度檢測，才發現更年期的臨床表徵。

蔡嘉駿表示，國外研究證實，男性體內睪固酮濃度高低，與三高及代謝症候群互有關聯；體重計上的數字愈高，往往睪固酮濃度愈低。