博慈会
老研一口伝言

体のしくみ 病気のしくみ

文／福生吉裕

第45回

リズムと病気（端午の節供編）

早いものでもう端午の節供となりました。今回は、男性更年期やED、そして話題の薬剤、バイアグラについてお話しします。

5月5日は端午の節供。端午とは午（うま）の月の最初の午の日のことを指します。端午の節供には粽（ちまき）を食べ、鯉のぼりをあげ、そして菖蒲の風呂に入ります。その香りは邪鬼を封じ、健康を授けてくれるといわれているからです。

この「菖蒲」は強い男のシンボルである四天王の「尚武」、それに「勝負」に通じることから、元気な男の子であれと願う節供の花となったようです。ですから、いつまでも「元気で勢いがある」というのは、男の子の願いでもあり、責任でもあるのです。

◈少年老いやすくガクッとなりやすい

しかしやがて、滝にのぼる鯉のごとく元気一杯だった男の子も、突然ガクッとなる時期が訪れます。

仕事に意欲がでない、疲れやすい、耳鳴り、頭痛、食欲不振、不眠、痒み、冷感などの身体の不調。ふと気がつくと、異性に対して興味がわかない、朝の勃起がないなどの直接の変化も生じるようになります。40歳代から50歳代にかけて多くなり、名づけて「男性更年期」。

この男性更年期に詳しい博慈会記念総合病院の白井先生に聞くと「女性は50歳を境にエストロゲンが急低下するのに対し、本来男性は年齢がきてもテストステロンはわずかしか低下しない。従ってこれまで男性更年期なるものはあまり知られなかったが、最近、このホルモンのわずかな低下にも傷つきやすい男性が増えてきている」とのことです。

◈日本人のEDは、980万人

第8回世界インポテンツ学会（1998年）で報告された、日本人のED（勃起障害）患者の数は、980万人とか。高齢化に伴いこの数はこれから右肩上がりになること間違いないようです。

主な原因は、生活習慣病である糖尿病、動脈硬化などによる血管の狭小化により、陰茎海綿体への血流の流れが悪くなることです。また、前立腺などの骨盤内の外科的手術で、陰茎神経そのものが障害を受けることもあるようです。

一方ストレス社会を反映してか、心理的要因のEDは、40％を占めています。テクノストレスと呼ばれるコンピューター関係や、リストラなどが契機となって、EDが生じる場合が増えてきているのも事実です。新婚EDと呼ばれる過緊張や、異性との交渉力のなさが引き起こすことも、多々あります。

◈男の味方

そこで強い味方として登場したのが、ご存じ「バイアグラ」。しかし、もともとは高血圧の薬であったことは、あまり知られていないようです。血管を拡張させる作用があるのですが、なぜか特にペニスの血管を拡張させてしまったからさあ大変でした。

このバイアグラは、フォスフォジエステラーゼ5という下半身に多い酵素を阻害することで、ペニスの血管を拡張させ、勃起力を長く維持させるのです。日本人では、50mgの錠剤が一般的です。事の1時間前に服用します。

しかし、心臓の血管を拡張させる薬（亜硝酸剤）との併用は、相乗作用で血管を拡張させすぎ、低血圧を招きますので注意が必要です。

◈つけが回って来ぬように

予防の第一は、まず血管を若々しく拡張するように保つことです。それには高脂血症や糖尿病、高血圧の管理が重要です。たばこは血管を収縮させますね。アルコールは陰部神経を鈍感にさせます。

また、長期間セックスの機会がないことも、性機能が衰える原因にもなりますので、普段から定期的な機会を持つことも大事です。

大切なことはパートナーの協力があってこその性生活ですので、若いころからパートナーには充分性生活の楽しみを感じてもらうように努力されておくことです。自分だけ満足すればよいという性生活では、女性の更年期を口実に性生活を拒否され、それでEDに陥ってしまうケースも多々あります。くれぐれもつけが回って来ぬようにいたしましょう。

●著者プロフィール

福生 吉裕（ふくお よしひろ）

一般財団法人 博慈会 老人病研究所所長。日本医科大学連携教授。

『未病息災』（源草社）など著書多数。

一般財団法人博慈会 老人病研究所