

# EDは、最初に自覚できる生活習慣病!

10年後を見据えた、早期の対策を

30代以上で、ときどき勃起しなかったり、途中で元気がなくなったりという男性は、実は驚くほど多い。しかし「誰に相談していいのかわからない」「自分の症状が治療の対象になるのかわからない」などの理由で、対処を先送りしている人が多いのではないかと。ところがこのED、最近では血管障害や生活習慣病の予兆でもあるという考え方から、治療の重要性を説く医師が増えつつある。男性の積極的な健康管理を提唱する日本メンズヘルス医学会理事で、帝京大学医学部附属病院泌尿器科の堀江重郎教授にED治療の必要性を聞いた。

## ED治療が、10年後の健康につながる?

EDとは、Erectile Dysfunctionの略語で、勃起障害のこと。勃起がまったく起こらないケースに限らず、硬さが不十分、勃起状態が維持できないなど、満足な性交が行えるだけの勃起が得られない状態全般をさす。本人が勃起に満足を得られない場合もEDとして治療の対象になる。

帝京大学の調査によると、20歳から60歳、平均40歳の1500人のうち、ごく軽度なケースも含めて50%がEDと診断された。しかし実際には「まだそれほど重症ではない」「勃起が衰えるのは病気ではない」「医師に相談するのは恥ずかしい」などと考へ、治療を先送りする男性が多いという。

しかしここに来て、「EDは全身の血管の健康状態を示すバイオマーカーである」という見方が急速に広まってきている。「EDになる理由のひとつは、血管が不健康なこと。細い血管である除茎動脈の障害によってEDは起こります。そのままの生活習慣を続けていると、10年



帝京大学医学部泌尿器科 主任教授 堀江 重郎さん

後には動脈硬化がすすみ、より重篤な疾患が現れることも考えられます」と堀江教授は警鐘を鳴らす。事実、アメリカでのEDを持つ男性を対象とした調査でも、EDを持つ男性が高血圧や脂質異常症などの生活習慣病を合併している割合は極めて高く、その後の循環器疾患の発生率が有意に高いという結果が出てくる (Rambhadr A et al. Eur Urol 2005)。「EDは全身の血管障害のひとつで、いちばん初めに起こるもののひとつで、かつ他の兆候と違い、自分でもハッキリわかるもの。この段階で行動を起こすことが重要です。10年後の健康を見据えて早めに治療する必要があるのです」

【動脈硬化は、細い血管から順に現れることが多い】

臨床所見	A	B	C	D
ED	陰茎動脈 (1~2)	無症候性虚血/不安定狭心症	一過性脳虚血発作/脳卒中	間欠性跛行
動脈径 (mm)	2.0	2.5	3.0	3.5
		LAD (左前下行枝位置部) (3~4)	内頸動脈 (5~7)	大腿動脈 (6~8)



## ED症状は、男性が自分の健康を見直すチャンス

ED治療には、PDE5阻害薬というものが用いられる。勃起を妨げるPDE5という酵素の働きを阻害し、勃起の維持を助ける働きがある。堀江教授は、現在新たなPDE5阻害薬を用いてEDの治療に取り組んでいるという。実際にはどのように処方されるのか。

「まずEDとその治療に用いるPDE5阻害薬についてきちんと説明します。特別な検査は不要で簡単な問診で処方することができます。また、EDは高血圧や



糖尿病うつ、排尿障害を合併していることが多いので、生活習慣病のチェックをお勧めしています」

帝京大学病院では、既に海外で50歳以上の男性に広く受け入れられている「男性ドック」のコンセプトをいち早く導入。男性ならではの健康管理に対するサポート体制を整えている。

また堀江教授は、PDE5阻害薬がもつ可能性に注目し、新たな治療を実践している。

「帝京大学病院では、ED治療を希望する患者さんに、PDE5阻害薬を週1回服用してもらおうようにしています。ED治療に使うPDE5阻害薬には長時間PDE5酵素を阻害するものがあります。この作用が血管内皮の状態を良くし、血管の機能を回復したり、健康な状態を維持する働きがあるとの報告があり、血管疾患のひとつであるEDそのものの改善につながるのではないかと私は考えています。高血圧に對しても以前は血圧が高い時だけ血圧を下げる治療が行なわれていましたが、現在では持続的に血圧を下げる治療に移行しています。今後はED治療も、血管の改善を目指すものになるのではないかと

## しよつか」

最後に、男性の健康管理にパートナーである女性はどう関わっていくべきなのか聞いた。

「EDは本人だけでなく、パートナーも気づくことができる生活習慣病。ED症状に気づいた初期段階で病院に相談するよう、ぜひ勧めていただきたいと思います。身近なクリニックでもよいでしょう」

実際、治療を受けた人々からは「夫婦仲が良くなった」「自信を取り戻した」「若々しくなった」という、うれしい報告が続々と寄せられているという。

EDを早めに治療することは、10年後の健康を守ることにつながる。まずは自分の体を知ることから始めてみてはどうだろうか。

**EDケアサポート**

EDケアサポート 検索

[www.ed-care-support.jp/](http://www.ed-care-support.jp/)

EDケアサポートでは、EDに関する基礎知識、よくある誤解と真実などを、わかりやすく紹介しています。質問に答えて症状をセルフチェックしたり、気軽に相談できる病院を検索することもできます。

## 覚えておきたい3つのポイント

1. EDは、血管の健康状態を測るバロメーター
2. パートナーからも受診を勧めよう
3. EDの早期治療は、10年後のあなたを救う

## 「ときどき元気がない」に、お答えします。

**自分の体を知ることから始めてみよう!**

EDケアサポートの「セルフチェック」で、お医者さんに相談するレベルかどうかチェックしてみは?

**何科に行けばいいのかわからないのなら...**

EDケアサポートでは、全国3,000件以上のEDが相談できる病院リストを掲載。エリアで検索できるので、自宅や会社の近くのクリニックも探せる。

**ウェブサイトを見ても、まだ疑問が残ったら...**

ED治療専門ダイヤル **0120-184604**

●月~金 (祝日除く) 8:45~17:30

※「ときどき元気がない」とは、「完全に落ちる事はないわけではないが、途中で元気がなくなることもある」レベル。

# EDは、最初に自覚できる生活習慣病!

10年後を見据えて、早期の対策を

30代以上で、ときどき勃起しなかったり、途中で元気がなくなったりという男性は、実は驚くほど多い。しかし「誰に相談していいのかわからない」「自分の症状が治療の対象になるのかわからない」などの理由で、対処を先送りしている人が多いのではないかと。ところがこのED、最近では血管障害や生活習慣病の合併症でもあるという考えから、治療の重要性を説く医師が増えつつある。多数の前立腺がん手術を手がけ、その合併症としてのED治療にも積極的に取り組んでいる。帝京大学医学部附属病院泌尿器科の井手久満准教授に、ED治療の必要性を聞いた。

## 合併症としてのEDも、早期治療がカギ

EDとは、Erectile Dysfunctionの略語で「勃起障害のこと」。勃起がまったく起こらないケースに限らず、硬さが不十分、勃起状態が維持できないなど、満足な性交が行えるだけの勃起が得られない状態全般をさす。「まだ若いのに元気がない」という場合も含め、本人が勃起の対象に得られなければ治療の対象になる。

帝京大学の調査によると、20歳から60歳、平均40歳の1500人のうち、ごく軽度なケースも含めて50%がEDと診断された。しかし実際には「まだそれほど重症ではない」「病気ではない」「医師に相談するのは恥かしい」となどと考えて治療を先送りする男性が多いという。

しかしここに来て、「EDは全身の血管の健康状態を示すバロメーターである」という見方が急速に広まってきているという。井手先生に聞いた。

「EDになる理由のひとつは、血管が不健康なこと。細い血管である陰茎動脈の障害によって

EDは起こります。そのままの生活習慣を続けていると、10年後には全身で動脈硬化がすすみ、より重篤な疾患が現われることも考えられます」

事実、アメリカでのEDを持つ男性を対象とした調査でも、EDを持つ男性が高血圧や脂質異常症などの生活習慣病を合併している割合は極めて高く、その後の循環器疾患の発生率が高いという結果が出ています。

(Rotholz A et al. Eur. Uro 2005) 「EDは全身の血管障害の中でいちばん初めに起こるもののひとつ。『生活習慣病の合併症』として、こんなにハッキリわかるものはありません。『まだ若いのに元気がない』と気づいた時期に行動を起こすことが重要です。10年後の健康を見据えて早めに治療する必要があります」

【動脈硬化は、細い血管から順に現われることが多い】

臨床所見	ED	無症候性虚血/ 不安定狭心症	一過性 脳虚血発作 脳卒中	間欠性跛行
動脈径 (mm)	A	B	C	D
	陰茎動脈 (1~2)	LAD (左前下行枝部位) (3~4)	内頸動脈 (5~7)	大腿動脈 (6~8)



帝京大学医学部泌尿器科 准教授 井手 久満さん

## EDの症状は、男性が健康を見直すチャンス

勃起を妨げるPDE5という酵素の働きを阻害して、勃起の維持を助ける薬。それがED治療に用いるPDE5阻害薬。実際はどのように処方されるのか。

「まずEDとその治療に用いるPDE5阻害薬についてきちんと説明します。特別な検査は不要で簡単な問診で処方することができます。また、EDは高血圧や糖尿病、うつ、排尿障害を合併していることが多いので、生活習慣病のチェックをお勧めしています」

帝京大学病院では、既に海外で50歳以上の男性に広く受け入れられている「男性ドッグ」のコンセプトをいち早く導入。前立腺がんなどの早期発見にも成果を挙げているという。

また井手先生はPDE5阻害薬の可能性に注目し、新たな治療を実践している。

「帝京大学病院ではED治療を希望する患者さんには、PDE5阻害薬を毎週服用してもらうようにしています。ED治療薬には長時間PDE5酵素を阻害する

ものがあります。この作用が血管内皮の状態を良くし、血管の機能を回復したり、健康な状態を維持する働きがあるとの報告があり、血管疾患のひとつであるEDそのものの改善につながるのではないかと私は考えています。また前立腺手術後の合併症のEDに對しては、退院後の早い時期からPDE5阻害薬の週2回の服用を勧めています。手術の内容により個人差がありますが服用開始から3ヶ月後あたりから満足していたり、ケースが多いようです」

例えば高血圧に対しても以前は血圧が高い時だけ血圧を下げる治療が行なわれていたが、新薬の登場などにより持続的に血圧を下げる治療に移行してきた経緯がある。前立腺手術後のED治療も血管そのものの働きを改善することを目指すものなので、今後と同じように長時間作用のメリットが期待されるのではないだろうか。

「EDに気づいても、ストレスなどが原因だと考えて放っておく人が多いのですが、実際はむしろ生活習慣病の合併症であることのほうが多いです。そして、

## EDケアサポート

EDケアサポート 検索

www.ed-care-support.jp/

EDケアサポートでは、EDに関する基礎知識、よくある誤解などをわかりやすく紹介しています。質問に答えて症状をセルフチェックしたり、気軽に相談できる病院を検索することもできます。

## 覚えておきたい3つのポイント

1. EDは、生活習慣病の合併症
2. 前立腺がん手術後のEDにも、PDE5阻害薬が使われている
3. EDの早期治療は、10年後のあなたを救う

「ときどき元気がない」に、お答えします。



自分の体を知るから始めてみよう!

EDケアサポートの「セルフチェック」で、お医者さんに相談するレベルかどうかチェックしてみは?



何科に行けばいいのかわからないのなら...

EDケアサポートでは、全国3,000件以上のEDが相談できる病院リストを掲載。エリアで検索できるので、自宅や会社の近くのクリニックも探せる。



ウェブサイトを見ても、まだ疑問が残ったら...

ED治療専門ダイヤル  
**0120-184604**  
(いっばい知ろうよ)  
●月~金(祝日除く) 8:45~17:30

\*「ときどき元気がない」とは、「完全に言う事を聞かないわけではないが、途中で元気がなくなることがある」レベル。