

Ф.И.О. _____

Подпись _____

Дата _____

Опросник возрастных симптомов мужчины AMS)²

Какие из симптомов у Вас есть в настоящее время?

Пожалуйста, отметьте наиболее подходящий ответ для каждого симптома.

Симптомы	Нет	Слабые	Умеренные	Выраженные	Очень выраженные
Ухудшение общего самочувствия и общего состояния (общее состояние здоровья, субъективные ощущения)	1	2	3	4	5
Боли в суставах и мышечные боли (боли в нижней части спины, боли в суставах, в пояснице, боли по всей спине)	1	2	3	4	5
Повышенная потливость (неожиданные/внезапные периоды повышенного потоотделения, приливы жара, независимые от степени напряжения)	1	2	3	4	5
Проблемы со сном (трудности с засыпанием, на протяжении сна, раннее пробуждение, чувство усталости, плохой сон, бессонница)	1	2	3	4	5
Повышенная потребность во сне, частое ощущение усталости	1	2	3	4	5
Раздражительность (ощущение агрессивности, раздражение по пустякам, уныние)	1	2	3	4	5
Нервозность (внутреннее напряжение, суетливость, беспокойство)	1	2	3	4	5
Тревожность (приступы паники)	1	2	3	4	5
Физическое истощение/упадок жизненных сил (общее снижение работоспособности, пониженная активность, отсутствие интереса к занятиям досуга, сниженная самооценка, неудовлетворенность сделанным, достигнутым, необходимость заставлять себя проявлять активность)	1	2	3	4	5
Снижение мышечной силы (ощущение слабости)	1	2	3	4	5
Депрессия (чувство подавленности, грусти, слезливости, отсутствие стимулов, колебания в настроении, чувство бесполезности)	1	2	3	4	5
Ощущение, что жизненный пик пройден	1	2	3	4	5
Опустошенность, ощущение «дошел до ручки»	1	2	3	4	5
Уменьшение роста бороды	1	2	3	4	5
Снижение способности и частоты сексуальных отношений	1	2	3	4	5
Снижение количества утренних эрекций	1	2	3	4	5
Снижение сексуального желания/либидо (отсутствие удовольствия от секса, отсутствие желания сексуальных контактов)	1	2	3	4	5

Общий балл _____

Баллы Выраженность симптомов

17-26 не выражены

27-36 слабо выражены

37-49 средней выраженности

Более 50 резко выражены

Наблюдаете ли Вы у себя какие-либо другие заметные симптомы?

Если «ДА», опишите _____

_____ рекомендуется консультация стрессолога