

<<更年期>>

图书基本信息

书名：<<更年期>>

13位ISBN编号：9787535941510

10位ISBN编号：7535941516

出版时间：2009-11

出版时间：广东科技出版社

作者：付止薇

页数：124

字数：110000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

前言

世界卫生组织把女性“更年期”以“绝经”定义为五个时期。

由于沿用习惯和方便，人们通常在文章中继续采用“更年期”这个词，本文亦是。

更年期综合征给妇女身心带来许多困扰，严重威胁健康。

据不完全统计，女性更年期综合征可发生在人体六大系统，更年期可谓是女人的多事之秋。

根据中国医学文献记载，经过2000多年历史，绝经年龄基本没变化，然而人类寿命在大幅度延长，这就是说，当代女性的绝经后期延长了。

另外，由于医源性绝经的增多，也包括环境污染和生活方式的改变，使女性更年期综合征有范围扩大和程度加深的趋势。

为保证家庭幸福，促进社会和谐，更年期不只是中老年妇女本身的事情，更需要社会尤其是医学的关注。

<<更年期>>

内容概要

为保证家庭幸福，促进社会和谐，更年期不只是中老年妇女本身的事情，更需要社会尤其是医学的关注。

本书主要向你介绍了更年期疾病防治的基本知识及原则。并以临床为主，提出性激素补充治疗、中医调理、心理辅导、运动健身和营养防治等对策，治疗更年期的各种疾病。

<<更年期>>

书籍目录

更年期对策及病症防治

对更年期病症防治方式的评价

更年期对策的原则

从35岁防治的理由

关于补充性激素延迟绝经

HRT(性激素补充治疗)篇

HRT的适应证、禁忌证

HRT制剂评价标准及用药原则

HRT临床模式

HRT副作用的预防及处理

中医篇

中医对绝经的定义

转归、预防和调护

其他疗法

心理篇

更年期心理治疗的误区

正确对待更年期的意义

由自卑到自信

女性二度青春之说

心理篇结束语

运动篇

气功的概念

庞氏智能气功概略

捧气贯顶法图解和说明

练功提示

收效指南

练功禁忌

营养篇

绝经前期女性的营养特点

老年妇女的营养特点

营养素及功能

维生素及功能

矿物质的功能及矿物质元素的检测

骨质疏松的营养防治

心血管疾病的营养防治

女性恶性肿瘤的营养防治

潮红的营养防治

皮肤蚁痒的营养防治

更年期糖尿病的营养防治

更年期肥胖症的营养防治

营养篇小结及补充

<<更年期>>

章节摘录

插图：倘若把更年期综合征比作一场雨，则随着绝经期的到来，天开始变阴。

35岁左右这段年龄的女性生理，可以看到类似天气预报的更年期某些信息。

女性35岁左右时的状况，对更年期综合征有重要的防治价值。

本人身体状况和直系亲属的遗传信息，对预防更年期病症具有特殊价值。

需要调治的妇女，在早些时期进行治疗，可以扩展治疗方式。

绝经一般是在45~55岁发生，往往是伴随着不规则月经之后。

实际上在绝经前10年，卵巢就开始衰退。

出生前后胎儿拥有卵母细胞500万~700万个，女人一生中仅有400个左右卵母细胞形成排卵。

女性在32~38岁期间，卵母细胞衰退到只剩6万个左右。

35岁以后的10年，卵巢功能虽然开始衰退，但卵母细胞仍可受促性腺激素调控，并可排卵，临近绝经前的月经多是无排卵月经。

这个时期，有的人月经周期缩短，雌激素轻度下降，促卵泡成熟激素升高，卵泡期缩短或黄体功能不足。

由于雌激素下降幅度比较小，促黄体生成激素可以正常，但促卵泡激素可见升高。

多数人在40岁以后，虽然仍可保持规律月经，但血清雌激素E₂的峰值只能维持年轻妇女的1/2。

绝经前期雌激素的改变个体差异较大。

<<更年期>>

编辑推荐

《女事解读更年期2:综合征与保健》由广东科技出版社出版。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>