

Overgangsalderen : bedre end sit rygte

Lotte Hvas

Bog Indhold: Overgangsalderen: Hvad, hvornår og hvorfor? ; Mareridt, mode eller mestrning ; Talentspejder eller fejlfinder? ; Overgangsalderen og det kulturelle baggrundstæppe ; Kroppen i forandring - på vej mod en ny balance ; Alle de andre symptomer, der kædes sammen med overgangsalderen ; Knoglesundhed og overgangsalder - hvordan hænger det sammen? ; Hormonerne - kroppens kemiske signalsystem ; Hormonbehandling:: skal - skal ikke? ; Ikke-medicinske måder at lindre symptomer på ; Kvindelighed, seksualitet og prævention i midtlivet ; Lidt om mændene ; Overgangsalder og kvindeliv ; Use it or lose it

Emner: kroppen; kvinder; livskvalitet; overgangsalderen; sundhed

Materialevurdering

Kort om bogen

Brugsbog til kvinder i overgangsalderen med lægefaglig og almen viden om livsfasen, og råd om hormonel behandling.

Beskrivelse

Lotte Hvas er praktiserende læge, som har egne erfaringer med overgangsalderen. Hun beskriver de kulturelle, sociale og medicinske aspekter af "midtlivet" for kvinder, som er indtrådt i overgangsalderen med de gener og nye muligheder det kan give. Hun er talskvinde for ikke at sygeliggøre det, som hun ser som en naturlig livsfase. Hun videregiver erfaringer fra sin undersøgelse blandt 1200 51-årige danske kvinder, som hun har interviewet, giver sine lægefaglige råd baseret på forskning, og omtaler alternative behandlinger af gener i overgangsalderen.

Vurdering

Bogen har nuancerede beskrivelser af kvinders overgangsalder, de gener og symptomer der kan optræde, og følgevirkninger af ophøret af menstruation. Den kommer desuden rundt om hele livssituationen. Den skal dog især fremhæves for sine gode lægefaglige råd med hensyn til argumenter for og imod hormonbehandling.

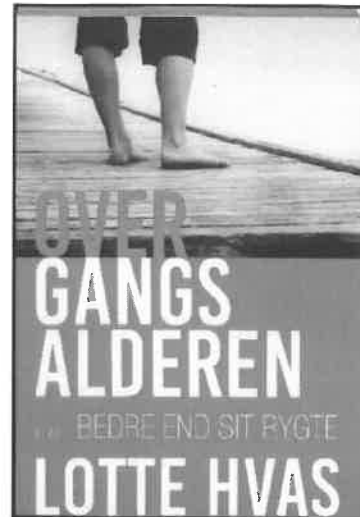
Andre bøger om samme emne

Lotte Hvas har skrevet afhandlingen Medicin til raske - en syg idé? om kvinders overgangsalder. Kvinder i overgang er en alsidig bog om alternativ behandling af gener i overgangsalderen. En læge giver i Hormoner i balance råd om naturlig pleje af kroppen.

Til bibliotekaren

Der er en hel del nyere bøger om overgangsalderen, men denne fortjener en plads på de fleste biblioteker.

Materialet er vurderet af: Grethe Lorentzen



Sprog: Dansk

1. udgave, 1. oplag (2017)

Klim (2017)

ISBN: 9788771299229

Faustnummer: 52988802

Opstilling: 61.266