

2.

Bogen om overgangsalderen

Forfatter: Lotte Hvas

Materialevurdering

Kort om bogen

Overgangsalderen er en naturlig del af kvindelivet, som hverken skal sygeliggøres eller bagatelliseres. "Tag ejerskab over din overgangsalder", opfordrer lægen Lotte Hvas, der her klæder dig godt på til perioden - hvad enten du står på tærsklen eller er midt i den

Beskrivelse

Gennemskrevet og ajourført genudgivelse af Overgangsalderen : bedre end sit rygte, der udkom i 2017. Bogen er inddelt i tre overordnede kapitler: "Hvad sker der i kroppen i overgangsalderen?", "Hvad kan du gøre - med og uden hormoner?" og "Forskellige perspektiver på overgangsalderen". Forfatteren deler her sin lægefaglige viden, samt en række redskaber, der kan hjælpe dig til at komme godt igennem perioden. Forrest indholdsfortegnelse

Vurdering

Lettilgængelig og venlig "guidebog" til overgangsalderen. Bogen er overskueligt opbygget og kan læses i sin helhed eller anvendes som opslagsværk

Andre bøger om samme emne

I forhold til 2017-udgivelsen har bogen blandt andet fået ny forside og kapitelinddeling. Flere kapitler er blevet redigeret og opdateret, og bagerst er tilføjet et afsnit med hyppigt stillede spørgsmål. Klimakteriesild og Jeg er f@*cking hot! byder på flere personlige beretninger om overgangsalderen, mens lægerne Søs Wollesen og Charlotte Bech giver deres lægefaglige besyv i hhv. Befri os fra flere hedeture og Hormoner i balance : sådan tackler du hedeture, træthed og hormonelle forandringer

Til bibliotekaren

Det anbefales af inkøbe bredt og erstatte eksemplarer af udgivelsen fra 2017

Materialet er vurderet af: Signe Rugtved Andersen



Bog

Sprog: dansk
2. udgave, 1. oplag (2022)
Klim (2022)
ISBN: 9788772046464
Faustnummer: 62257083
242 sider
Opstilling: 61.266