



یائسگی

دکتر سمیه معین، درباری (متخصص زنان)

دکتر مرجانه فرازستانیان (متخصص زنان و فلوشیپ انکولوژی)

اعضا هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد



۱۳۹۷

سرشناسه	:	معین درباری، سمیه، ۱۳۶۳-
عنوان و نام پدیدآور	:	یائسگی / سمیه معین درباری، مرجانه فرازستانیان
مشخصات نشر	:	تهران: انتشارات صالحیان، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۱۳۴ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۲۱۴-۰۹۶-۰
وضعیت فهرست نویسی	:	فیپا
موضوع	:	یائسگی
موضوع	:	Menopause
موضوع	:	یائسگی -- تأثیر تغذیه
موضوع	:	Menopause -- Nutritional aspects
موضوع	:	یائسگی -- هورمون درمانی
موضوع	:	Menopause-- Hormone therapy
شناسه افزوده	:	فرازستانیان، مرجانه، ۱۳۵۶-
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۷ ی ۱۸۶/م RG
رده بندی دیویی	:	۶۱۰ ۷۵
شماره کتابشناسی ملی	:	۰۰۰۰۵۷۶۸۲

دفتر مرکزی و توزیع: تهران- میدان انقلاب- خیابان کارگر جنوبی- خیابان شهدای ژاندارمری
 پلاک ۱۲۷- واحد ۳ / pub.alehi.ir / ۶۶۹۷۹۳۰۰ - ۰۹۱۹۰۸۱۰۱۴۲



عنوان کتاب: یائسگی

مؤلفین: سمیه معین درباری، مرجانه فرازستانیان

ناشر: صالحیان

صفحه آرا: زینب اسفندیاری

سال و نوبت چاپ: ۱۳۹۷- اول

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۴-۰۹۶-۰

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

«با همکاری موسسه زند»

فهرست مطالب

فصل اول

دوران قبل از یائسگی و یائسگی/۷

- * ۸ لایم یائسگی
- * ۸ گرگرفتگی
- * ۹ خشکی واژن ..
- * ۱۰ افسردگی
- * ۱۰ اختلال خواب ..
- * ۱۱ اختلالات شناختی
- * ۱۱ دردهای شایع در دوران یائسگی
- * ۱۱ سردردهای میگرنی
- * ۱۲ اختلالات عروقی و قلبی
- * ۱۲ پوکی استخوان

فصل دوم

گرگرفتگی در یائسگی/۱۷

- ۲۰ برخی از عوامل بر شدت گرگرفتگی تاثیر گذار هستند:

۲۱	 اصول درمانی در حملات گر گرفتگی
۲۴	 داروهای هورمونی
۲۵	 داروهای ضد افسردگی
۲۷	 داروهای ضد تشنج
۲۸	 ترکیبات پروژسترونی

فصل سوم

اختلالات ادراری تناسلی همراه با یائسگی/۳۳

۳۴	 علائم تناسلی و ادراری یائسگی
۳۹	 درمان

فصل چهارم

پوکی استخوان در یائسگی/۴۰

۴۷	 تشخیص
۵۳	 اصول پایه سنجش تراکم ماده معدنی استخوان
۵۴	 تعریف پوکی استخوان با استفاده از BMD
۵۵	 تکنیک های انجام سنجش تراکم ماده معدنی استخوان (BMD) (TESTING) ...
۵۷	 درمان
۶۲	 ورزش های کمک کننده به جلوگیری از پوکی استخوان

فصل پنجم

کنترل علائم یائسگی به وسیله هورمون درمانی/ ۶۹

- ۷۰ * در چه مواردی از هورمون درمانی استفاده می شود:
- ۷۱ - دردهای مفصلی
- ۷۲ - علائم سیستم ادراری تناسلی
- ۷۳ در چه افرادی هورمون درمانی یائسگی توصیه می شود؟
- ۷۴ نحوه هورمون درمانی یائسگی به چه صورتی می باشد؟
- * مدت زمان هورمون درمانی یائسگی، مراقبت های حین درمان و زمان قطع
- ۷۸ هورمون درمانی

فصل ششم

نارسای زودرس تخمدان/ ۸۳

- ۸۶ شناسایی نارسایی زودرس تخمدان
- ۸۸ درمان نارسایی زودرس تخمدان

فصل هفتم

تغذیه مناسب در یائسگی/ ۹۱

- ۹۳ مواد غذایی سودمند جهت کاهش علائم یائسگی
- ۹۸ مواد غذایی که بهتر است در دوران یائسگی مورد استفاده قرار نگیرد:

* توصیه های غذایی به منظور جلوگیری از پوکی استخوان ۱۰۳

فصل هشتم

ورزش های مناسب دوران یائسگی / ۱۰۷

منابع و مآخذ ۱۲۱

www.ketab.ir