

OBSAH

PREDHOVOR	7
1 KLIMAKTÉRIUM	8
1.1 KLIMAKTÉRIUM - DEFINÍCIA	8
1.2 PERIMENOPAUZA, POSTMENOPAUZA	9
1.3 TERMINOLÓGIA	10
1.4 KLINICKÉ PRÍZNAKY DEFICITU ESTROGÉNOV	13
1.5 VAZOMOTORICKÉ PRÍZNAKY	15
1.6 DIAGNOSTICKÉ MOŽNOSTI V PERIMENOPAUZE A POSTMENOPAUZE.....	22
1.7 MOŽNOSTI TERAPIE NEŽIADUCICH PRÍZNAKOV PERIMENOPAUZY A POSTMENOPAUZY	23
1.7.1 HORMONÁLNA LIEČBA	24
1.7.2 FORMY HORMONÁLNEJ SUBSTITÚCIE	27
1.7.3 NEHORMONÁLNA TERAPIA	30
ZÁVER	31
2 ZDRAVIE A KVALITA ŽIVOTA ŽIEN V KLIMAKTÉRIU	33
2.1 KLIMAKTÉRIUM	33
2.2 ZDRAVIE ŽIEN	34
2.3 KVALITA ŽIVOTA ŽIEN	40
2.4 OŠETROVATEĽSKÁ STAROSTLIVOSŤ O ŽENU V KLIMAKTÉRIU.....	42
2.5 CIEĽ.....	44
2.6 METODIKA VÝSKUMU	45
2.7 SPRACOVANIE VÝSLEDKOV	45
2.8 ANALÝZA VÝSLEDKOV	47
2.9 DISKUSIA.....	56
ZÁVER	59
3 HODNOTIACE NÁSTROJE POUŽÍVANÉ NA HODNOTENIE KVALITY ŽIVOTA ŽIEN V OBDOBÍ KLIMAKTÉRIA A MENOPAUZY	62
3.1 METODOLÓGIA	62
3.2 VÝSLEDKY	63
ZÁVER	88
4 ŽIVOTOSPRÁVA ŽIEN V KLIMAKTÉRIU	89
4.1 ÚVOD	89
4.2 METODOLÓGIA	105
4.3 CHARAKTERISTIKA VÝSKUMNEJ VZORKY	105

4.4 VÝSLEDKY A DISKUSIA	106
ZÁVER	112
5 POHYBOVÁ AKTIVITA ŽIEN V OBDOBÍ KLIMAKTÉRIA	114
5.1 ÚČINKY POHYBU NA ORGANIZMUS	115
5.2 ODPORÚČANÉ POHYBOVÉ AKTIVITY V OBDOBÍ KLIMAKTÉRIA	117
5.3 INKONTINENCIA	117
5.3.1 PREVALENCIA	118
5.3.2 MOŽNOSTI LIEČBY INKONTINENCIE MOČU V KLIMAKTÉRIU	119
5.3.3 POHYBOVÁ LIEČBA INKONTINENCIE A BEHAVIORÁLNE POSTUPY	119
5.3.4 ROZDELENIE TERAPEUTICKÝCH POSTUPOV V ZÁVISLOSTI OD TYPU INKONTINENCIE	122
5.4 OSTEOPORÓZA	124
5.4.1 PREVALENCIA OSTEOPORÓZY	125
5.4.2 MOŽNOSTI LIEČBY	125
5.5 OBEZITA, KARDIOVASKULÁRNE OCHORENIA, DIABETES MELLITUS	132
5.5.1 OBEZITA	132
5.5.2 KARDIOVASKULÁRNE OCHORENIA V KLIMAKTÉRIU	135
5.5.3 ISCHEMICKÁ CHOROBA SRDCA	138
5.5.4 VARIXY DOLNÝCH KONČATÍN	141
5.5.5 DIABETES MELLITUS	142
BIBLIOGRAFIA	145
RECENZIE	163
KONTAKTY NA AUTOROV	166
POĎAKOVANIE	167