

# 106年更年期講座

日期	時間	題目	主講人
03/08 (三)	14:00	跨入人生轉捩點 更年期的原因、症狀和保健方法	婦產科 梁宏碩醫師
	15:00	更年期的飲食與營養	營養師 杜亭萱
04/12 (三)	14:00	漏尿尷尬不再來	婦產科 梁宏碩醫師
	15:00	更年期情緒障礙與治療	身心科 張昀醫師
05/10 (三)	14:00	更年期後荷爾蒙何去何從	婦產科 梁宏碩醫師
	15:00	擺脫肥胖更年輕 更年期肥胖原因與體重控制	營養師 黃怡倩
06/14 (三)	14:00	骨質疏鬆之風險與照護	婦產科 梁宏碩醫師
	15:00	更年期談運動保健	復健師 何仰茜

地點：汐止國泰綜合醫院 B2第三會議室

地址：新北市汐止區建成路59巷2號

報名專線：(02) 2648-2121分機5107 婦產科門診

更年期諮詢專線(免付費)：0800-00-5107