

• 計畫中文名稱	停經後婦女身體活動功能及代謝症候群危險因子系列研究		
• 計畫英文名稱	Physical Activity and Metabolic Risk Variables in Postmenopausal Women---A Series of Studies		
• 系統編號	PC9508-0639	• 研究性質	應用研究
• 計畫編號	NSC95-2314-B038-039	• 研究方式	學術補助
• 主管機關	行政院國家科學委員會	• 研究期間	9508 ~ 9607
• 執行機構	台北醫學院護理系		
• 年度	95 年	• 研究經費	844 千元
• 研究領域	護理學		
• 研究人員	蔡仁貞,鄭綺		
• 中文關鍵字	身體活動; 代謝症候群; 停經後婦女; 運動訓練		
• 英文關鍵字	--		
• 中文摘要	<p>婦女於停經後發生代謝症候群危險性顯著增高，主要原因與停經後婦女 hormone 改變，以及日常生活中身體活動度降低有關，而代謝症候群之個體罹患 心血管疾病的比率也隨之增加。本計劃擬採兩年期之研究，第一年採回溯性及相 關性研究，分析停經後婦女身體活動（physical activity），身體活動功能（physical fitness）及代謝症候群危險因子之間的相關性，並確立停經後婦女發生代謝症候 群之主要預測因子。第二年採隨機實驗性研究，針對具有代謝症候群危險因子之 停經後婦女，進行 12 週居家中度運動計劃，並探討婦女於計劃後身體活動功能 及代謝症候群危險因子之變化及其相關性。身體活動量之測量包括每日平均能量 消耗量（daily energy expenditure）及每日平均中至重度活動之能量消耗，身體活 動功能將以 treadmill exercise testing 之結果來評估。代謝症候群危險因子之測量 包括：body mass index, waist-to-hip ratio, glucose, insulin resistant, blood lipid, 及 blood pressure。研究資料主要採 Pearson correlations, multiple regression stepwise analyses 及 two-way repeated-measures ANOVA 等。本研究之結 果將可協助醫療照 護人員，在提供停經後婦女運動指導及健康促進措施之參考，期望能降低婦女日 後罹患胰島素阻抗及心血管疾病之發生率。</p>		
• 英文摘要	查無英文摘要		