

Nama : Oktaviana Rahmawati

NIM : 2110101046

Kelas : A/A4

Jawaban :

1. Masa menopause (klimakterium) adalah suatu masa peralihan dalam kehidupan wanita, dimana ovarium (indung telur) berhenti menghasilkan sel telur, aktivitas menstruasi berkurang dan akhirnya berhenti dan pembentukan hormon wanita (estrogen dan progesteron) berkurang.  
Penurunan hormon kewanitaan tersebut berdampak pada tubuh. Berikut beberapa efek menopause pada tubuh wanita:
  1. Efek menopause pada sistem reproduksi
  2. Efek menopause pada sistem endokrin
  3. Efek menopause pada sistem saraf
  4. Efek menopause pada sistem ekskresi
  5. Efek menopause pada sistem kardiovaskular
  6. Efek menopause pada tulang, otot, dan sendi
2. Risiko tersebut menjadi lebih tinggi pada wanita yang sudah memasuki masamenopause. Mengapademikian?

Osteoporosis adalah penyakit yang menyerang tulang dan terjadi karena bagian tersebut melemah serta kehilangan kekuatannya. Melemahnya tulang bisa terjadi karena beberapa faktor, mulai dari pertambahan usia, kurang asupan vitamin D, faktor genetik, hingga pengaruh hormon. Wanita umumnya memasuki masa menopause pada usia di atas 40 tahun, hal itu yang diduga menjadi faktor risiko osteoporosis. Sebab, selain pengaruh hormon, faktor usia juga memengaruhi risiko penyakit yang satu ini.

Bahkan, wanita yang sudah memasuki masa menopause disebut memiliki risiko hingga empat kali lebih besar mengalami penyakit ini. Perubahan hormon, terutama hormon estrogen disebut memengaruhi risiko seorang wanita mengalami gangguan tulang, seperti osteoporosis atau osteoarthritis. Hormon memiliki fungsi mencegah rasa sakit pada tulang rawan yang berada di antara tulang sendi dan bantal tulang.