

چیست و چگونه است ( مرجع کامل اطلاعات )

## قاعدگی در دختران

قاعدگی (پریود) یکی از مراحل بلوغ در دختران است. قاعدگی مانند بسیاری از علایم دیگر بلوغ ممکن است برای دختران گیج کننده باشد. بعضی از دختران ممکن است به نوعی از آن ترس داشته باشند یا نگران آن باشند. بسیاری از دختران و پسران درک کاملی از دستگاه تناسلی زنان و چگونگی کارکرد آن در طی یک دوره قاعدگی ندارند و همین موضوع قاعدگی را برای آنان اسرارآمیز جلوه می دهد. یک دوره قاعدگی مدت زمان اولین روز خونریزی در یک ماه تا اولین روز خونریزی در ماه بعد است. مثلاً اگر اولین خونریزی دختری در ۸ اردیبهشت باشد و روز اول خونریزی بعدی وی در ۲ خرداد باشد دوره قاعدگی او ۲۴ روز طول کشیده است (از ۸ اردیبهشت تا ۱ خرداد).

## بلوغ و قاعدگی

زمانیکه دختری به بلوغ می رسد (معمولاً در سنین ۸ تا ۱۳ سالگی)، بدن و ذهن در بسیاری جهات شروع به تغییر و تحول می کند. هورمونها در بدن رشد فیزیکی جدیدی را آغاز می کنند، مثلاً پستانها شروع به رشد می کنند. حدود ۲ الی ۵/۲ سال بعد از شروع رشد پستانها، اولین خونریزی قاعدگی در یک دختر اتفاق می افتد. حدود ۶ ماه قبل از

خود شود که مسأله‌ای شایع در میان دختران است و نباید از آن نگران باشد مگر آنکه این ترشحات بسیار بد بو باشد یا باعث خارش گردد. اولین قاعدگی زمانی اتفاق می‌افتد که همه اجزاء دستگاه تناسلی دختر بالغ شده باشند و بتوانند با یکدیگر کار کنند.

دختر بچه‌ها در بدو تولد با تخمدان‌ها، رحم و لوله‌های تخمدانی یا لوله‌های فالوپ (لوله‌هایی که در ادامه رحم در دو سمت تا تخمدانها کشیده می‌شوند) به دنیا می‌آیند. تخمدانها تخم مرغی شکل هستند و در دو طرف رحم در پایین شکم که لگن نامیده می‌شود، قرار می‌گیرند و حاوی هزاران تخمک هستند. دو لوله تخمدانی (فالوپ)، لوله‌هایی نازک و دراز هستند درست مثل یک رشته ماکارونی (البته کمی ضخیم‌تر) که داخل آن سوراخ باشد. هر لوله فالوپ از رحم به سمت یک تخمدان کشیده می‌شود. رحم به شکل یک گلابی وارونه است که در وسط لگن قرار دارد. دیواره رحم از عضلات قوی تشکیل شده است و وظیفه آن نگهداری از جنین در حال رشد است. پس از کامل شدن جنین، رحم با عضلات قوی خود، جنین را به بیرون می‌فرستد و بدین ترتیب جنین با عبور از داخل واژن (عضوی که از دهانه رحم تا بیرون بدن امتداد می‌یابد) از بدن بیرون می‌آید و بدین وسیله نوزاد متولد می‌شود.

با بلوغ دختر، هورمون‌هایی از هیپوفیز (یکی از غدد موجود در مغز) ترشح می‌شود که این هورمون‌ها تخمدانها را وادار به ساخت هورمون‌های زنانه می‌کنند. این هورمون‌های

رشد جسمی و بالغ شدن او کمک می کنند.

پس شروع دوره های قاعدگی یک دختر، در هر ماه یک تخمک کوچک - بسیار کوچک که با چشم دیده نمی شود- از درون تخمدان آزاد می شود که به این عمل تخک گذاری می گویند. تخمک وارد لوله های فالوپ می شود و از طریق آن به سمت رحم حرکت می کند. اگر در طی این مسیر تخمک توسط یک اسپرم مرد بارور شود تخم ایجاد می شود و تخم به سمت رحم رفته و در آنجا لانه گزینی می کند و با چسبیدن به دیواره رحم شروع به بزرگ شدن و رشد می نماید تا در پایان ۹ ماه به یک نوزاد کامل تبدیل شود. در صورتیکه تخمک با اسپرم برخورد نداشته باشد - مسأله ای که در اکثر دروهای قاعدگی اتفاق می افتد- تخمک بارور نمی شود و از بدن دفع می شود. در این صورت رحم که خود را آماده پذیرایی از تخم بارور کرده بود و با اضافه کردن مخاطات خود را برای لانه گزینی تخم آماده نموده بود، با تشکیل نشدن تخم (بارور نشدن تخمک) به حالت اول خود برمی گردد و برای این کار مخاطات و بافت اضافی رحم شروع به ریزش می کند. ریزش بافت و مخاطات که خونی است همان خونریزی قاعدگی است. باید توجه کرد که همانطوریکه توضیح داده شد، خونریزی قاعدگی فقط شامل خون نیست بلکه بافت اضافی و مخاطات خونی است که از رحم به بیرون ریخته می شود.

این وقایع هر ماه یکبار اتفاق می افتد. رحم خود را برای پذیرش تخم در طی یک ماه به

حدود اواسط یک دوره قاعدگی تخمک گذاری انجام می شود که در صورت عدم باروری تخمک با اسپرم مرد، در انتهای ماه همه بافتها و مخاطات اضافی رحم به همراه تخمک به صورت خونریزی قاعدگی از بدن خارج می شود و این وقایع ماهانه ادامه می یابد تا اینکه زن در حدود سن ۵۰ سالگی به یائسگی برسد. یائسگی به این معنی است که زن همه تخمک های موجود در تخمدانها را آزاد کرده است و دیگر تخمک ندارد. بنابراین دوره های قاعدگی نیز تمام می شود و دیگر امکان بچه دار شدن برای او نیست.

عادت ماهیانه یا قاعدگی چیست ؟

عادت ماهیانه خونریزی ماهانه از رحم بانوان می باشد. به نامهای دیگری مانند قاعدگی ، منس و پریود هم خوانده می شود. خون قاعدگی ترکیبی از خون کامل و بافتهای ریزش کرده رحم می باشد. اکثر دوره های قاعدگی بین ۳ تا ۵ روز طول می کشد.

سیکل قاعدگی چیست ؟

خونریزی قاعدگی قسمتی از سیکل قاعدگی می باشد. در یک سیکل قاعدگی بدن زنان تغییراتی می کند تا هر ماه برای باردار شدن آمادگی داشته باشد. یک سیکل قاعدگی از اولین روز خونریزی قاعدگی شروع می شود. متوسط زمان یک سیکل قاعدگی نرمال ۲۸ روز است. اما یک سیکل نرمال ممکن است از ۲۳ تا ۳۵ روز متفاوت باشد.

گردن رحم ، تخمدانها و لوله های فالوپ و واژن. تغییر سطح هورمونهای جنسی در بدن باعث ایجاد مراحل مختلف سیکل قاعدگی می شود. دو هورمون اصلی مرتبط با قاعدگی که توسط تخمدانها تولید می شوند عبارتند از استروژن و پروژسترون. هورمونهای FSH و LH که در هیپوفیز ساخته می شوند نیز در این امر سهیم هستند.

در یک سیکل قاعدگی چه اتفاقی می افتد؟

در نیمه اول سیکل میزان استروژن بالا رفته و باعث رشد و افزایش سلولهای رحمی می شود. در پاسخ به هورمون FSH یک تخمک در داخل یکی از تخمدانها شروع به رشد می کند. در حوالی روز ۱۴ از یک سیکل ۲۸ روزه در پاسخ به هورمون LH تخمک از تخمدان جدا می شود. این مرحله تخمک گذاری نامیده می شود.

در نیمه دوم سیکل تخمک وارد لوله فالوپ که بین تخمدان و رحم قرار دارد می شود. در این مرحله پروژسترون بالا رفته و رحم را آماده بارداری می کند. اگر در این مرحله تخمک توسط اسپرم بارور شود بارداری رخ خواهد داد. در غیر اینصورت تخمک بعد از مدتی از بین می رود. اگر بارداری رخ ندهد استروژن و پروژسترون کاهش می یابند و لایه ضخیم رحم ریزش کرده و خونریزی قاعدگی یا عادت ماهیانه را ایجاد می کند.

همانگونه که سن شروع بلوغ در دختران متفاوت است، دوره‌های قاعدگی نیز برای دختران متفاوت است. دوره زمانی میان دو خونریزی را دوره قاعدگی می‌گویند. دوره قاعدگی برای بعضی دختران ممکن است ۲۸ روز، برای بعضی دیگر ۲۴ روز، ۳۰ روز و یا حتی ۳۵ روز طول بکشد. حتی این زمان از یک دوره تا دوره بعد ممکن است فرق داشته باشد.

دختران نوجوان و جوان ممکن است قاعدگی نامنظم داشته باشند که بخصوص در اولین دوره‌های قاعدگی بیشتر دیده می‌شود. برای مثال یک دختر که به تازگی قاعده شده است ممکن است ۲ ماه متوالی دوره‌های ۲۸ روزه داشته باشد و در طی یک ماه بعد هیچ خونریزی نداشته باشد یا حتی دو خونریزی متوالی با فاصله زمانی بسیار کم بین آنها داشته باشد. معمولاً پس از چندین ماه، دوره‌های قاعدگی از نظم بهتری برخوردار می‌شود اما بعضی از زنان حتی تا بزرگسالی نیز دوره‌های نامنظم دارند. با گذشت زمان و آشنایی بیشتر دختر با شرایط دوره‌های قاعدگی خود، معمولاً دختران می‌توانند دوره خونریزی بعدی خود را حدس بزنند.

خونریزی به چه میزان است و چند روز طول می‌کشد؟

مدت زمان خونریزی نیز ثابت نیست و ممکن است تغییر کند. بعضی دختران فقط ۳-۲ روز خونریزی دارند. بعضی دیگر ممکن است ۷ روز و یا حتی بیشتر خونریزی داشته

مقدار خونریزی نیز ممکن است متفاوت باشد. بعضی از دختران آنقدر مقدار خونریزی اندکی دارند که حتی ممکن است شک کنند که آیا قاعده شده‌اند یا نه. بعضی دیگر ممکن است خونریزی شدیدتری داشته باشند. برای اکثر دختران خونریزی در حد چند قاشق غذاخوری تا کمتر از نصف یک استکان (حدود ۱۲۰ میلی‌لیتر) است که ممکن است زیاد به نظر آید ولی طبیعی باشد. خونریزی بسیار شدید در طی قاعدگی امکان پذیر است اما شایع نیست. در واقع ممکن است خونریزی بسیار شدیدتر از معمول، نشاندهنده اشکالات انعقادی خون باشد که نیازمند مراجعه به پزشک و بررسی بیشتر است. باید متوجه بود که حتی از یک ماه به ماه بعد ممکن است مقدار خونریزی و تعداد روزهای خونریزی در یک دختر متفاوت باشد. در صورتیکه از بی‌نظمی و یا مقدار خونریزی خود نگرانی دارید بهتر است تا با یک پزشک مشورت کنید.

یک سیکل قاعدگی نرمال چه ویژگی دارد؟

سیکل قاعدگی یک خانم ممکن است در ماههای مختلف کاملاً شبیه هم نباشد. از طرف دیگر سیکل های هر نفر با دیگری متفاوت است. خونریزیها ممکن است کم، متوسط و زیاد باشد و نیز طول مدت آن می تواند متفاوت باشد. اگرچه اکثر پریودها ۳ تا ۵ روز طول می کشد اما بین ۲ تا ۷ روز نرمال است. در سالهای اول شروع قاعدگی و در سنین نزدیک به یائسگی سیکلها ممکن است کاملاً نامنظم باشند.

سن متوسط شروع قاعدگی حدود ۱۲ سالگی است. اما این بدان معنی نیست که همه دختران در سن ۱۲ سالگی قاعده می شوند. یک دختر در فاصله سنی ۸ تا ۱۶ سالگی ممکن است قاعده شود.

یک خانم تا چه زمانی پریود می شود؟

زنان تا زمان یائسگی پریود می شوند. سن متوسط یائسگی حدود ۵۱ سالگی است. یائسگی یعنی زن قادر به تولید تخمک نبوده و نمی تواند دیگر باردار شود. مانند قاعدگی سن شروع یائسگی هم می تواند متفاوت باشد.

### دل پیچه، ناخوشی قبل از قاعدگی و جوش

- بعضی از دختران ممکن است در حوالی قاعدگی دچار تغییرات بدنی و احساس شوند. دل پیچه‌های قاعدگی بسیار شایع است. در حقیقت بیش از نیمی از زنانی که قاعده می‌شوند می‌گویند که در طی چند روز اول قاعدگی دچار دل‌پیچه می‌شوند. پزشکان فکر می‌کنند که علت این دل‌پیچه‌ها ماده‌ای به نام پروستاگلندین باشد که باعث انقباض عضلات رحمی می‌شود. انقباض عضلانی ممکن است مبهم، دردناک، تیرکشنده و یا شدید باشد و گاهی ممکن است در پشت یا حتی پاها و یا در شکم احساس شود. معمولاً با افزایش سن شدت این دل‌پیچه‌ها کمتر می‌شود و حتی ممکن است کاملاً از بین بروند. بعضی از داروهای بدون نیاز به نسخه مانند استامینوفن، ایبوپروفن و مفنامیک اسید



است به تسکین دل پیچه‌ها کمک کند. داشتن فعالیت جسمی مناسب در کل طول دوره قاعدگی معمولاً باعث کاهش شدت دل پیچه می‌شود. در صورتیکه این اقدامات کمکی نکرد می‌توانید با پزشک خود مشورت نمایید.

- بعضی از دختران احساس می‌کنند که در طی چند روز یا هفته قبل از قاعدگی ناراحت، بی حوصله و افسرده و یا بیشیار حساس شده‌اند. ممکن است بیش از معمول گریه کنند و یا به راحتی عصبانی شوند. بعضی دیگر ممکن است مشتاق به خوردن غذاهای خاص شوند. این علائم معمولاً در چند روز پس از اتمام قاعدگی بهبود می‌یابد. به این علائم ناخوشی قبل از قاعدگی می‌گویند. علت ناخوشی قبل از قاعدگی تغییرات هورمونی است. افزایش و کاهش هورمونهای زنانه در طی یک دوره قاعدگی می‌تواند باعث تغییرات جسمانی و احساسی دختر شود. به همین دلیل بعضی از دختران دچار علائم جسمی نیز می‌شوند. مثلاً ممکن است احساس کنند که پف کرده‌اند یا پستان آنها متورم شده است و دردناک است و یا دچار سردرد شوند. پزشکان معمولاً توصیه می‌کنند که دختران به ورزش و فعالیت بدنی بپردازند. بعضی از داروها نیز می‌توانند کمک کننده باشند که توسط پزشک تجویز می‌شود.

- بعضی از دختران در زمانهای خاصی از دوره قاعدگی دچار تشدید جوش و آکنه بدن می‌شوند که این هم به علت تغییرات هورمونی در بدن است. این مشکل معمولاً با افزایش سن بهبود قابل ملاحظه‌ای پیدا می‌کند.

پس از شروع قاعدگی شما نیاز دارید که از وسیله‌ای برای جذب خون استفاده کنید. برای این منظور می‌بایستی تامپون و یا نوار بهداشتی تهیه کنید. برای انتخاب نوع نوار بهداشتی می‌توانید با پدر و مادر، معلمان بهداشت و یا خواهر بزرگتر خود مشورت کنید. نوار بهداشتی در بسیاری از داروخانه‌ها و سوپر مارکت‌ها قابل تهیه است.

تغییر رنگ در ترشحات مجرای تناسلی آیا طبیعی است یا نشانه‌ای از یک بیماری؟  
قبل از هر چیز باید بدانید ترشحات طبیعی مهبل فواید متعددی دارد:

مهبل را تمیز و مرطوب نگه می‌دارد و در پیشگیری از عفونت آن کمک می‌کند. اگر چه رنگ، مقدار و حالت ترشحات مهبل در دوران قبل و بعد از عادت ماهیانه تغییر می‌کند و این مسئله کاملاً طبیعی است اما گاهی تغییر در این ترشحات نشانه‌ای از وجود مشکل است. ترشحات طبیعی مهبل هر از گاهی تغییر می‌کند: رقیق، چسبنده، غلیظ، حالت کشسانی، در مجموع حالت آن متغیر است. نکته مهم در ترشحات مهبل آن است که باید شفاف، سفید و یا شیری مایل به سفید باشند. در مواردی که مشکلی وجود دارد، ترشحات دچار تغییراتی می‌شود، بوی آن تغییر کرده و نامطبوع می‌شود، رنگ آن سبز، خاکستری و یا حالتی دقیقاً شبیه ترشحات عفونی می‌شود، در مهبل حالت خارش، سوزش، تورم و قرمزی بوجود می‌آید و یا حتی گاهی از مهبل در دورانی به غیر از عادت ماهیانه خون خارج می‌شود که در این موارد باید حتماً به پزشک متخصص زنان

آن است که بهتر است نسبت به این مسئله دقیق باشید. در عفونت قارچی مهبل ترشحات بسیار سفید و غلیظ می‌شوند و شکل پیدا می‌کنند، بوی ترشحات تند است و حالت خارش و سوزش در مهبل حس می‌شود. در عفونتی که توسط باکتری ایجاد می‌شود، مقدار ترشحات زیادتر می‌شود و حالت کف‌آلود پیدا کرده، به رنگ خاکستری در می‌آید. بوی ترشحات بسیار نامطبوع شده و مثل بوی ماهی می‌شود. با مشاهده هر یک از علائم ذکر شده فوراً به پزشک مراجعه کنید.

من که سنم از سن بلوغ گذشته، پس چرا عادت ماهیانه نمی‌شوم؟

عادت ماهیانه دختران بعد از رسیدن به بلوغ اتفاق می‌افتد که البته سن بلوغ بین ۸ تا ۱۳ سال در دختران متفاوت است. اما اینکه بعضی دخترها زودتر و یا دیرتر به بلوغ برسند، طبیعی است. معمولاً اولین عادت ماهیانه ۲ تا ۵/۲ سال بعد از اولین نشانه‌های بلوغ (که اغلب رشد پستان‌هاست) اتفاق می‌افتد. البته در بعضی دخترها کمتر از یک‌سال بعد از بلوغ و یا ۳ سال بعد از بلوغ هم عادت ماهیانه دیده می‌شود که طبیعی است. روش دیگری که بتوان زمان اولین عادت ماهیانه را حدس زد، ترشحات مهبل است که حدود ۶ ماه قبل از اولین عادت ماهیانه این ترشحات به صورت شفاف، سفید و مخاطی شکل دیده می‌شوند. سن اولین عادت ماهیانه به ارث هم بستگی دارد و شاید در مادر هم این اتفاق دیرتر افتاده باشد، بنابراین صرف اینکه ۱۴ سالگی گذشته و عادت ماهیانه رخ نداده مشکل‌ساز نیست. دیرتر شروع شدن عادت ماهیانه به عواملی دیگر هم بستگی

استرس‌های شدید یا بعضی بیماری‌های خاص هم در تاخیر عادت ماهیانه دخالت دارند.

کوچک ماندن سینه‌ها یعنی اختلال در روند بلوغ؟

تفاوت اندازه پستان‌ها کاملاً طبیعی است. به‌خصوص اگر دخترها در سن بلوغ باشند.

البته در اکثر خانم‌ها در سنین بعد از بلوغ هم اندازه پستان‌ها یکی نیست، همان‌طور که

اندازه دو دست‌وپا یکسان نیست. معمولاً اولین جوانه‌های پستان در سنین ۸ تا ۱۳

سالگی دیده و در اکثر موارد رشد و بزرگ شدن یکی از پستان‌ها سریع‌تر از دیگری

است. بعضی دختر خانم‌ها بعدها هم از این مسئله ناراحتند و فکر می‌کنند مشکلی وجود

دارد. در این صورت اگر به یک پزشک متخصص زنان مراجعه شود، او شما را مطمئن

می‌کند که مشکلی وجود ندارد. البته بهتر است دختر خانم‌ها همیشه در سنین بالاتر هم

به پستان‌ها توجه داشته باشند و به هر نوع تغییر ظاهری آن توجه نشان دهند.

به‌خصوص اینکه معاینه پستان‌ها را یاد بگیرند و هر ماه انجام دهند

چرا عادت ماهیانه منظمی ندارم؟

گاهی اینقدر در مورد عادت ماهیانه دقت می‌شود که انگار قرار است همه چیز مثل

ساعت کار کند. در بین خانم‌ها این‌طور شایع شده که عادت ماهیانه باید هر ۴ هفته

یکبار اتفاق بیفتد، در حالی‌که در اکثر خانم‌ها بی‌نظمی‌های زیادی در عادت ماهیانه

وجود دارد. معمولاً چرخه عادت ماهیانه ۲۸ روزه است، اما این عدد برای همه و حتی

باشد. اولین روز عادت ماهیانه، روز اول چرخه یک خانم محسوب می شود. معمولاً در روز چهاردهم یکی از تخمک‌ها از تخمدان خارج می شود که به آن تخمک‌گذاری می گویند و در صورت عدم حاملگی دو هفته بعد پوشش درونی رحم ریزش پیدا کرده و عادت ماهیانه اتفاق می افتد. معمولاً تا ۲ سال بعد از اولین عادت ماهیانه بی‌نظمی‌های زیادی وجود دارد، اما بیماری، کاهش وزن شدید و استرس زیاد هم باعث بی‌نظمی در قاعدگی می شوند. حتی در مسافرت و یا تغییرات عمده زندگی (مثل مهاجرت و جابجایی) هم اختلال در زمان قاعدگی دیده می شود. طول مدت عادت ماهیانه هم از ۲ تا ۱۰ روز متفاوت است و حتی این مسئله هم همیشه در یک خانم ثابت نیست. بنابراین اگر داروی خاصی مصرف نشود، بیماری مشخصی وجود نداشته باشد و یا عدم تعادل هورمونی مطرح نباشد، بی‌نظمی در قاعدگی طبیعی است اما اگر این مسئله بسیار شدید و همیشگی شده است بهتر است با پزشک زنان صحبت شود تا مشکل زمینه‌ای به‌خصوص عدم تعادل هورمونی بررسی شود، به‌خصوص اگر این مسئله در دختر خانم‌ها بیش از ۳ سال طول بکشد.

چرا پستان‌ها درد می‌گیرند؟

درد پستان هر از گاهی اتفاق می‌افتد. این مسئله در دختر خانم‌ها در سن بلوغ و بعد از آن بیشتر به دلیل رشد پستان‌هاست به‌خصوص در حمام هنگام شستشو و در خواب به‌خصوص در وضعیت امر این درد بیشتر حس می‌شود. با این وجود از درد پستان‌ها

عادت ماهیانه (یک هفته قبل) بسیار شایع است که به دلیل ترشح هورمون های استروژن و پروژسترون اتفاق می افتد. این هورمون ها باعث تجمع آب در بدن شده و پستان ها را متورم می کنند. در اوایل حاملگی هم درد پستان ها شایع است که دقیقا به علت ترشح هورمون ها و تاثیر آنها بر پستان است. در صورتی که درد پستان ها در موارد ذکر شده اتفاق بیفتد و هیچ ترشحاتی از پستان وجود نداشته باشد معمولا این درد را با مصرف مسکن و یا حتی پوشیدن لباس زیر مناسب تر برطرف کرد.

تغذیه خوب و استراحت کافی در اوایل قاعدگی در تسکین این درد بی تاثیر نیست. بهتر است از یک هفته قبل از عادت ماهیانه از مصرف غذاهای شور و کافئین دار (مثل قهوه، چای و شکلات) پرهیز شود. اگر به غیر از مواقع ذکر شده در پستان ها دردی حس شد بهتر است بدون معطلی به پزشک مراجعه شود.

چه زمانی باید به پزشک مراجعه کرد؟

در موارد زیر باید با پزشک خود مشورت کنید:

عدم شروع قاعدگی تا سن ۱۶ سالگی

متوقف شدن بی دلیل عادات ماهیانه

خونریزی بیش از ۷ روز

حجم زیاده از حد خونریزی

درد شدید هنگام قاعدگی

چه مشکلاتی ممکن است زنان در مورد قاعدگی داشته باشند؟

زنان ممکن است مشکلات مختلفی با دوره های قاعدگی خود داشته باشند برخی از شایعترین آنها عبارتند از :

آمنوره یا عدم وجود عادات ماهیانه: این لغت زمانی به کار می رود که یک دختر خانم تا ۱۶ سالگی پریود نشده باشد ( آمنوره اولیه ) و یا اینکه عادات ماهیانه در خانمی که قبلاً قاعدگی مرتب داشته است قطع شود ( آمنوره ثانویه ). علل اصلی آمنوره عبارتند از : بارداری ، شیردهی ، کاهش وزن شدید در اثر یک بیماری وخیم ، ورزش سنگین ، استرس و رژیم های غذایی سخت . اختلالات هورمونی یا بیماریهای دستگاه تناسلی نیز ممکن است عامل بیماری باشند.

دیسمنوره یا قاعدگی دردناک : عبارتست از درد خفیف تا بسیار شدید در هنگام خونریزی ماهیانه . معمولاً در زنان و دختران جوان علت خاصی ندارد. هورمونی به نام پروستاگلندین عامل این مشکل است. بعضی از انواع مسکنها مانند ایبو پروفن و مفنایک اسید می توانند درد را کاهش دهند. گاهی اوقات این مشکل در اثر یک بیماری به نام آندومتریوز می باشد .

است. این مشکل ممکن است بصورت خونریزی بسیار حجیم ، خونریزی طولانی مدت ، پریودهای بسیار نزدیک به هم و یا خونریزی بین پریودها خود را نشان دهد. در اوایل سنین قاعدگی و حوالی یائسگی این اختلالات شایعتر هستند. دیگر علل خونریزیهای غیر طبیعی رحم پولیپها ، فیبروم ها ، عفونتها و علل هورمونی هستند.

[www.kandoo.cn.com](http://www.kandoo.cn.com)

[www.kandoo.cn.com](http://www.kandoo.cn.com)

[www.kandoo.cn.com](http://www.kandoo.cn.com)

[www.kandoo.cn.com](http://www.kandoo.cn.com)