Jean Hailes for Women's Health

Heavy periods

கடுமையான மாதவிடாய்

ஒவ்வொரு மாதவிடாயின் போதும் மிகுந்த இரத்த இழப்பு ஏற்படுவதே கடுமையான மாதவிடாய் (கடுமையான மாதவிடாய் இரத்தப்போக்கு) என்பதாகும். நான்கு பெண்களில் ஒருவருக்கு கடுமையான மாதவிடாய் ஏற்படுகிறது.

உங்களுக்கு கடுமையான மாதவிடாய் இருப்பதை எப்படி அறிவீர்கள்?

கடுமையான மாதவிடாய் இருப்பதை அறிவது கடினமாக இருக்கலாம், ஆனால் சில பொதுவான அறிகுறிகள் உள்ளன. உதாரணமாக:

- உங்கள் மாதவிடாய் பொருளை (உதா. பேட், டேம்பான், மாதவிடாய் கிண்ணம்) இரண்டு மணிநேரம் அல்லது அதற்கும் குறைவான நேரத்தில் மாற்ற வேண்டும்.
- இரவு நேரத்தில் உங்கள் மாதவிடாய்ப் பொருளை மாற்ற வேண்டும்
- 50 சென்ட் நாணயத்தை விடப் பெரிய இரத்தக்கட்டிகளை நீங்கள் கவனிக்கிறீர்கள்
- எட்டு நாட்களுக்கும் மேல் உங்கள் மாதவிடாய் நீடிக்கும்
- நீங்கள் பொதுவாக செய்யும் காரியங்களைச் செய்வதை மாதவிடாய் தடுக்கிறது.

கடுமையான மாதவிடாயின் அறிகுறிகள்

உங்களுக்குக் கடுமையான மாதவிடாய் இருந்தால், பின்வருவன ஏற்படலாம்:

- அடிவயிற்றில் தசைப்பிடிப்பு அல்லது வலி
- இரும்புச்சத்தின் அளவு குறைவதால் வெளிறிப்போயிருத்தல், சோர்வாக இருத்தல் அல்லது தலைசுற்றுதல்.

எதனால் கடுமையான மாதவிடாய் ஏற்படுகிறது?

உங்கள் கருப்பையின் உட்புறச் சுவரை வழக்கத்திற்கும் அதிகமாக வளர வைக்கும் ஹார்மோன் மாற்றத்தால் கடுமையான மாதவிடாய் ஏற்படலாம். இந்த உட்புறச் சுவர் உதிர்வது தான் மாதவிடாயாக உருவாகிறது. ஆனால் பிற காரணங்களும் இருக்கலாம்,எடுத்துக்காட்டாக, கருப்பை உள்வரி அழற்சி (endometriosis), நீர்ச்சதைகள் (polyps), கருப்பைச் சதைக்கட்டிகள் (fibroids) அல்லது கருப்பைத் தசையழற்சி(adenomyosis).

கடுமையான மாதவிடாய் எவ்வாறு கண்டறியப்படுகிறது?

கடுமையான மாதவிடாய் குறித்து உங்களுக்குக் கவலையாக இருந்தால் மேலும் அறிகுறிகள் உங்கள் அன்றாட வாழ்வைப் பாதித்தால் உங்கள் மருத்துவரைச் சந்திப்பது முக்கியமாகும். உங்கள் மருத்துவர் உங்கள் மருத்துவ வரலாறு குறித்துக் கேட்கலாம் அத்துடன் உங்கள் கருப்பை மற்றும் கருவகங்களைப் பரிசோதிக்க உட்புறச் சோதனை செய்யலாம்.

எதனால் பிரச்சனை ஏற்படுகிறது என்பதைக் கண்டறிய ஆய்வகப் பரிசோதனைகள் அல்லது ஆய்வைச் செய்யலாம். உதாரணமாக, கர்ப்பம், இரும்புச்சத்து அல்லது இரத்தப் பரிசோதனை அல்லது புறவொலிப் பரிசோதனை.

சிகிச்சை விருப்பத்தேர்வுகள்

உங்களுக்குக் கடுமையான மாதவிடாய் இருப்பதாகக் கண்டறியப்பட்டால், வெவ்வேறு சிகிச்சை விருப்பத்தேர்வுகள் குறித்து உங்கள் மருத்துவர் உங்களிடம் பேசுவார். உதாரணமாக:

- குறிப்பிட்ட மருந்துகள் (உதாரணமாக அழற்சி எதிர்ப்பு மருந்துகள் அல்லது டிரான்ஏக்சமிக் அமிலம்)
- அகச்சுரப்புச் சிகிச்சைகள் (உதாரணமாக மிரேனா (Mirena®) கர்ப்பப்பை உள்வைப்பு சாதனம் (IUD) அல்லது மாத்திரை)
- புரோஜெஸ்டின் (புரோஜெஸ்டிரோன் ஹார்மோனின் செயற்கை வடிவம்)

உங்கள் இரத்தப்போக்கின் காரணத்தைப் பொறுத்து, ஒரு அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படலாம். உதாரணமாக:

- கருப்பை உள்நோக்கியல் (hysteroscopy) - உங்கள் கருப்பையின் உட்புறத்தை ஆராயும் நடைமுறை
- கருப்பை உள்வரி நீக்கம் - கருப்பையின் உள்வரியை நீக்கும் ஒரு நடைமுறை

சில கட்டங்களில், மருத்துவ அல்லது அறுவை சிகிச்சை நடைமுறைகள் இரத்தப்போக்கைக் கட்டுப்படுத்தவில்லை என்றால், கருப்பை நீக்க அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படலாம் (கருப்பை மற்றும் கருக்குழாய்களை நீக்கும் மாற்றியமைக்க முடியாத ஒரு அறுவை சிகிச்சை).

நீங்கள் முடிவெடுக்கும் முன்பு ஒவ்வொரு நடைமுறையின் ஆபத்துகள் மற்றும் நன்மைகளை உங்கள் மருத்துவ நிபுணரிடம் கலந்தாலோசிப்பது அவசியமாகும்.

எப்போது உங்கள் மருத்துவரைப் பார்க்க வேண்டும்

உங்களுக்கு கடுமையான மாதவிடாய் இருக்கிறது மற்றும் அறிகுறிகள் உங்கள் அன்றாட வாழ்வைப் பாதிக்கிறது என்றால் உங்கள் மருத்துவரைப் பார்க்கவும்.

மேலும் தகவல்கள், ஆதரவாளங்கள் மற்றும் குறிப்புகளுக்கு, இங்கே செல்க jeanhailes.org.au/health-a-z/periods/heavy-periods-menorrhagia

Jean Hailes for Women's Health

தொலைபேசி 03 9453 8999
jeanhailes.org.au

பெண்கள் ஆரோக்கியத்திற்காக Jean Hailes ஆஸ்திரேலிய அரசாங்கத்தின் ஆதரவை நன்றியுடன் ஏற்றுக்கொள்கிறது.

ஏப்ரல் 2024 இற்றைப்படுத்தப்பட்டது

பொறுப்புத்துறப்பு: இந்தத் தகவல்கள் மருத்துவ ஆலோசனைக்கு மாற்றானது அல்ல. உங்கள் உடல்நலம் குறித்து நீங்கள் கவலைப்பட்டால், உங்கள் மருத்துவர் அல்லது சுகாதாரக் குழுவிடம் பேசவும்.

பல்வேறு பின்னணிகள், அனுபவங்கள் மற்றும் அடையாளங்களைக் கொண்டவர்களுக்காக நாங்கள் சுகாதாரத் தகவலை எழுதுகிறோம். நாங்கள் 'பெண்கள்' என்ற வார்த்தையைப் பயன்படுத்துகிறோம், ஆனால் இந்தச் சொல் எங்கள் தகவல்களைப் பயன்படுத்தக்கூடிய அனைவரையும் உள்ளடக்கியதல்ல என்பதை ஒப்புக்கொள்கிறோம்.

© பெண்கள் ஆரோக்கியத்திற்காக Jean Hailes 2024