

نزيف الطمث الغزير

تعاني حوالي واحدة من كل أربع نساء من نزيف حاد في الدورة الشهرية (طمث غزير). الطمث الغزير هو عندما تفقد الكثير من الدم كل دورة. يمكن أن يتغير مقدار النزيف في مراحل الحياة المختلفة مثل في سنوات المراهقة أو قبل انقطاع الطمث (آخر دورة شهرية لك). الدورات الشهرية الغزيرة شائعة عند النساء اللواتي تتراوح أعمارهن بين 30 و 50 عامًا.

كيف تعرفين إذا كان لديك دورات شهرية غزيرة؟

قد يكون من الصعب معرفة ما إذا كانت دورتك الشهرية غزيرة جدًا، ولكن هناك بعض العلامات الشائعة. مثلًا:

- لا يمكن احتواء النزيف باستخدام فوطة قطنية أو سداة قطنية
- تحتاجين إلى تغيير الفوطة الصحية أو السداة القطنية كل ساعتين أو أقل
- تحتاجين إلى تغيير الفوطة خلال الليل
- تلاحظين كتل دموية أكبر من عملة معدنية من فئة 50 سنتًا
- تستمر دورتك الشهرية أكثر من سبعة إلى ثمانية أيام
- تمنعك دورتك الشهرية من القيام بأشياء عادة ما تقومين بها.

الأعراض الشائعة لغزارة الدورة الشهرية

إذا كانت الدورة الشهرية غزيرة فقد:

- تشعرين بالتعب أو بالدوار
- تنخفض مستويات الحديد بسبب فقدان الدم
- تبدين شاحبة
- تصابين بتقلصات أو ألم في أسفل البطن.

ما الذي يسبب غزارة الدورة الشهرية؟

يمكن أن تحدث الدورات الشهرية الغزيرة بسبب أشياء مختلفة. تحدث عادةً بسبب التغيرات الهرمونية التي تجعل بطانة الرحم تنمو أكثر من المعتاد. تُطرح هذه البطانة على شكل الدورة الشهرية.



للمزيد من المعلومات قومي بزيارة
[jeanhailes.org.au/health-a-z/periods/
heavy-bleeding](http://jeanhailes.org.au/health-a-z/periods/heavy-bleeding)

متى يجب أن تري الطبيب

يجب أن تزوري طبيبك إذا كنتِ قلقة من غزارة الدورة الشهرية. سوف يطرحون أسئلة لمعرفة السبب. مثلاً قد يسألون عن صحتك العامة وتاريخك الطبي ونشاطك الجنسي وخطتك للحمل. وإذا وافقت فسيقوم طبيبك أيضاً بإجراء فحص داخلي للتحقق من الرحم والمبيضين.

الاختبارات

قد يطلب منك طبيبك إجراء بعض الاختبارات. مثل اختبار الحمل أو اختبار الحديد أو فحص الدم. قد يقومون أيضاً بإجراء فحص بالموجات فوق الصوتية لفحص أعضاء الحوض. تُظهر الموجات فوق الصوتية جسمك من الداخل. ويمكن إجراؤه على بطنك أو داخل المهبل.

خيارات العلاج

إذا تم تشخيص إصابتك بنزيف حيض غزير فسوف يخبرك طبيبك بالأسباب المحتملة وخيارات العلاج المختلفة المتاحة. مثلاً قد يعطونك دواءً للمساعدة في علاج الأعراض. وقد يحيلك طبيبك إلى أخصائي للتحدث عن خيارات العلاج الأخرى اعتماداً على السبب، مثل عملية. أسألي طبيبك عن مخاطر وفوائد هذه الخيارات.



هاتف 03 9453 8999
jeanhailes.org.au

تتخذ مؤسسة Jean Hailes for Women's Health منهجاً واسعاً وشاملاً لموضوع صحة المرأة. تستخدم ورقة الحقائق هذه عمومًا مصطلحي "النساء" و "الفتيات". تهدف هذه المصطلحات إلى تضمين النساء المتنوعات جنسيًا وثنائيات الجنس اللواتي لديهن تجربة مع التحول الجنسي.

تم التحديث في حزيران / يونيو 2022
تم تصميم ورقة الحقائق هذه لتكون إعلامية وتثقيفية. لا يُقصد بها تقديم نصيحة طبية محددة أو استبدال نصيحة الممارس الطبي.
وتُعرّب مؤسسة Jean Hailes for Women's Health عن امتنانها لدعم الحكومة الأسترالية.

© Jean Hailes for Women's Health 2022