मासिक धर्म के दौरान अत्यधिक रक्तस्राव

लगभग चार में से एक महिला को मासिक धर्म के दौरान अत्यधिक रक्तस्राव (अत्यधिक मासिक धर्म) होता है। अत्यधिक मासिक धर्म तब होता है जब प्रत्येक मासिक धर्म में आपका बहुत सारा रक्त बहता है। रक्तस्राव की मात्रा जीवन के अलग-अलग चरणों में बदल सकती है, उदाहरण के लिए, किशोरावस्था में या रजोनिवृत्ति से पहले (आपका अंतिम मासिक धर्म)। 30 से 50 वर्ष की महिलाओं में अत्यधिक रक्तस्राव होना एक आम बात है।

आपको यह कैसे पता चलेगा कि आपको अत्यधिक रक्तस्राव होता है?

यह जानना मुश्किल हो सकता है कि आपको अत्यधिक रक्तस्राव होता है, लेकिन इसके कुछ सामान्य संकेत होते हैं। उदाहरण के लिए:

- आपके रक्तस्राव को पैड या टैम्पोन से नियंत्रित नहीं जा सकता है
- आपको हरेक दो घंटे बाद या इससे कम समय में अपने पैड या टैम्पोन को बदलने की आवश्यकता पड़ती है
- आपको रात-भर अपना पैड बदलने की आवश्यकता होती है
- आपको 50-सेंट के सिक्के से बड़े आकार के रक्त के थक्के दिखाई देते हैं
- आपका रक्तस्राव सात से आठ दिनों से अधिक समय तक चलता है
- आपका रक्तस्राव आपको अपनी सामान्य गतिविधियाँ करने से रोकता है।

अत्यधिक रक्तस्राव के सामान्य लक्षण

यदि आपको अत्यधिक रक्तस्राव होता है, तो आपको ये लक्षण महसूस हो सकते हैं:

- थकावट महसूस होना या चक्कर आना
- रक्त की कमी के कारण लौह का स्तर कम होना
- पीलापन दिखाई देना
- पेट के निचले हिस्से में ऐंठन या दर्द होना।

अत्यधिक रक्तस्राव का क्या कारण है?

अत्यधिक रक्तस्राव अलग-अलग बातों के कारण हो सकता है। यह सामान्य रूप से आपके गर्भाशय के अस्तर को सामान्य से अधिक विकसित करने वाले हॉर्मोनल परिवर्तनों के कारण होता है। यह अस्तर शरीर से निकल जाता है, जिससे मासिक धर्म होता है।

अपने डॉक्टर से कब मिलें

यदि आप अत्यधिक रक्तस्राव के बारे में चिंतित हैं, तो आपको अपने डॉक्टर से मिलना चाहिए। वे कारण का पता लगाने के लिए प्रश्न पूछेंगे। उदाहरण के लिए, वे आपके सामान्य स्वास्थ्य, चिकित्सा-संबंधी इतिहास, यौन गतिविधि और गर्भवती होने की योजनाओं के बारे में पूछ सकते हैं।

यदि आप सहमत हैं, तो आपके डॉक्टर आपके गर्भाशय और अंडाशयों की जांच करने के लिए एक आंतरिक परीक्षण भी करेंगे।

परीक्षण

आपके डॉक्टर आपको कुछ परीक्षण कराने के लिए कह सकते हैं। उदाहरण के लिए, गर्भावस्था परीक्षण, लौह परीक्षण या रक्त परीक्षण।

वे आपके पेल्विक अंगों की जांच करने के लिए अल्ट्रासाउंड भी कर सकते हैं। अल्ट्रासाउंड से आपके शरीर के अंदर दिखाई देता है। यह आपके पेट पर या आपकी योनि के अंदर किया जा सकता है।

उपचार के विकल्प

यदि आपके लिए अत्यधिक मासिक धर्म रक्तस्राव का निदान किया जाता है, तो आपके डॉक्टर आपको संभावित कारणों और उपचार के अलग-अलग विकल्पों के बारे में बताएँगे। उदाहरण के लिए, वे आपके लक्षणों के साथ सहायता के लिए आपको दवाई दे सकते हैं।

आपके डॉक्टर कारण के आधार पर आपको अन्य उपचार विकल्पों के बारे में बात करने के लिए विशेषज्ञ के पास भेज सकते हैं। उदाहरण के लिए, ऑपरेशन।

अपने डॉक्टर से इन विकल्पों के खतरों और लाभों के बारे में पूछें।

और अधिक जानकारी के लिए यहाँ जाएँ:
jeanhailes.org.au/health-a-z/periods/heavy-bleeding

अद्यतन जून 2022

इस तथ्य पत्रक को जानकारी और शिक्षा देने के लिए डिज़ाइन किया गया है। इसका उद्देश्य कोई विशिष्ट चिकित्सा सलाह प्रदान करना या आपके चिकित्सक द्वारा दी गई सलाह को बदलना नहीं है।

Jean Hailes for Women's Health ऑस्ट्रेलिया सरकार के समर्थन को कृतज्ञतापूर्वक अभिस्वीकृति देता है।

© Jean Hailes for Women's Health 2022

Jean Hailes for Women's Health महिलाओं के स्वास्थ्य के विषय के प्रति व्यापक और समावेशी दृष्टिकोण रखता है। इस तथ्य पत्रक में सामान्य रूप से 'महिलाओं' और 'लड़कियों' शब्दों का उपयोग किया गया है। इन शब्दों का उद्देश्य यौन-विविध महिलाओं, अंतर्लिंगी महिलाओं और पारलिंगी अनुभव वाली महिलाओं को शामिल करना है।

Jean Hailes FOR WOMEN'S HEALTH

फ़ोन 03 9453 8999
jeanhailes.org.au