भारी पीरियड्स

एक भारी पीरियड (भारी मासिक धर्म रक्तस्राव) तब होता है जब आप प्रत्येक पीरियड में बहुत सारा रक्त खो देती हैं। चार में से लगभग एक महिला को भारी पीरियड्स होते हैं।

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

यह बताना मुश्किल हो सकता है कि क्या आपके पीरियड्स भारी हैं, लेकिन इसके कुछ सामान्य संकेत हैं। उदाहरण के लिए:

- आपको हर दो घंटे या उससे कम समय में अपना पीरियड प्रोडक्ट (जैसे पैड, टैम्पोन, मेंस्ट्रुअल कप) बदलने की ज़रूरत है
- आपको रात भर में अपना पीरियड प्रोडक्ट बदलने की ज़रूरत है
- आपको 50-सेंट के सिक्के से बड़े आकार के रक्त के थक्के दिखाई देते हैं
- आपके पीरियड आठ दिनों से अधिक समय तक रहते हैं
- आपके पीरियड्स आपको उन चीजों को करने से रोकते हैं जो आप सामान्य रूप से करती हैं।

भारी पीरियड्स के लक्षण

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

- आपके पेट के निचले हिस्से (उदर) में ऐंठन या दर्द होना
- आयरन के निम्न स्तर के कारण पीला दिखना, थकान या चक्कर महसूस होना।

अत्यधिक रक्तस्राव का क्या कारण है?

भारी पीरियड्स हार्मोनल परिवर्तनों के कारण हो सकते हैं जो आपकी गर्भाशय की परत को सामान्य से अधिक बढ़ाते हैं। यह लाइनिंग शेड होने के कारण पीरियड होता है। लेकिन अन्य कारण भी हो सकते हैं, उदाहरण के लिए, एंडोमेट्रियोसिस, पॉलीप्स, फाइब्रॉएड या एडिनोमायोसिस।

भारी पीरियड्स का निदान कैसे किया जाता है?

यदि आप भारी पीरियड्स के बारे में चिंतित हैं और लक्षण आपके दैनिक जीवन को प्रभावित कर रहे हैं, तो अपने डॉक्टर से मिलना महत्वपूर्ण है। आपका डॉक्टर आपकी मेडिकल हिस्ट्री के बारे में पूछेगा और आपके गर्भाशय और अंडाशय की जांच के लिए आंतरिक जांच करने के लिए कह सकता है।

वे यह पता लगाने के लिए परीक्षण या जांच भी कर सकते हैं कि समस्या का कारण क्या है। उदाहरण के लिए, गर्भावस्था, आयरन या रक्त परीक्षण, या एक अल्ट्रासाउंड।

उपचार के विकल्प

यदि आपको भारी पीरियड्स का निदान किया जाता है, तो आपका डॉक्टर विभिन्न उपचार विकल्पों पर चर्चा करेगा। उदाहरण के लिए:

- कुछ दवाएं (जैसे एंटी-इंफ्लेमेट्री दवाएं या ट्रानेक्सैमिक एसिड)
- हार्मोनल उपचार (जैसे एक मिरेना® अंतर्गर्भाशयी डिवाइस (आईयूडी) या गोली)
- प्रोजेस्टिन (प्रोजेस्टेरोन हार्मोन के सिंथेटिक रूप)।

आपके रक्तस्राव के कारण के आधार पर, आपको एक सर्जरी प्रक्रिया की आवश्यकता हो सकती है। उदाहरण के लिए:

- हिस्टेरोस्कोपी (hysteroscopy) - आपके गर्भाशय के अंदर का आकलन करने के लिए एक दिन की प्रक्रिया
- एंडोमेट्रियल एब्लेशन - गर्भाशय के अस्तर को हटाने के लिए एक दिन की प्रक्रिया।

कुछ मामलों में, जब चिकित्सा या अन्य सर्जिकल प्रक्रियाओं ने रक्तस्राव को प्रबंधित करने में मदद नहीं की है, तो आपको हिस्टेरेक्टॉमी (गर्भाशय और अक्सर फैलोपियन ट्यूब को हटाने के लिए एक अपरिवर्तनीय ऑपरेशन) की आवश्यकता हो सकती है।

निर्णय लेने से पहले अपने विशेषज्ञ के साथ प्रत्येक प्रक्रिया के जोखिमों और लाभों पर चर्चा करना महत्वपूर्ण है।

अपने डॉक्टर से कब मिलें

यदि आपको लगता है कि आपके भारी पीरियड्स हैं और लक्षण आपके दैनिक जीवन को प्रभावित कर रहे हैं, तो अपने डॉक्टर से मिलें।

और अधिक जानकारी, संसाधनों और संदर्भों के लिए, jeanhailes.org.au/health-a-z/periods/heavy-periods-menorrhagia पर जाएं

Jean Hailes for Women's Health

फोन 03 9453 8999

jeanhailes.org.au

Jean Hailes for Women's Health कृतज्ञतापूर्वक ऑस्ट्रेलियाई सरकार के समर्थन को स्वीकार करते हैं।

अप्रैल 2024 को अपडेट किया गया

अस्वीकरण: यह जानकारी चिकित्सीय सलाह की जगह नहीं लेती है। यदि आप अपने स्वास्थ्य के बारे में चिंतित हैं, तो अपने डॉक्टर या स्वास्थ्य सेवा टीम से बात करें।

हम विविध पृष्ठभूमियों, अनुभवों और पहचान वाले लोगों के लिए स्वास्थ्य जानकारी लिखते हैं। हम "महिला" शब्द का उपयोग करते हैं, लेकिन हम स्वीकार करते हैं कि इस शब्द में वे सभी लोग शामिल नहीं हैं जो हमारी सामग्री का उपयोग कर सकते हैं।

© Jean Hailes for Women's Health 2024