

Az amerikai szülész és nőgyógyászok szövetsége által kiadott 2015 Decemberi nyilatkozat

Az eredeti nyilatkozat: Menstruation in girls and adolescent, using the menstrual cycle as a vital sign committee opinion by the American Obstetricians and Gynecologists

Az amerikai szülész-nőgyógyászok által kiadott közleményben a következő megállapításokat tették:

-Az orvosok, kórházi dolgozók adjanak felvilágosítást a lányoknak vagy a lányok szüleinek, nevelőinek arról, hogy mire számíthatnak az első menstruációjánál, azaz menarchénál. Világosítsák fel őket, hogy mi számít normális menstruációs ciklusnak, és mi számít normális menstruációs vérzésnek.

-Amikortól egy lány először menstruál, minden, a megelőzésről szóló orvosi vizsgálatnál az orvos kérdezze meg, hogy mikor volt az utolsó menstruációja, illetve milyen a vérzés mintája.

-A korai menstruációs probléma felismerése ezáltal megelőzhetővé teszi a felnőttkori egészségügyi kockázatoknak a kiszűrését.

-Fontos, hogy az orvosi dolgozóknak pontos képe legyen arról, hogy mi számít egészséges menstruációnak és mi nem, és ez alapján bírálja el a lányoknál is.

Normális menstruációs ciklus

A világban létező széles populációra való tekintettel, és az USA-n belüli populáció változására való tekintettel az első menstruáció időpontja ezektől a változóktól függetlenül állandó maradt – 12-13 éves korra tehető a fejlett és jól táplált országok népességénél.

Az első menstruáció átlagos életkora 12.43 év

Az átlag ciklusok hosszúsága az első menstruációt követő évben: 32.2

Átlagosan a ciklusok hosszúsága: 21-45 nap

A menstruációs vérzés hossza: 7 vagy annál kevesebb nap

A menstruációs termékek használata: 3-6 betét vagy tampon naponta

Abnormális vérzést okozhat:

-Terhesség

-Az agyalapi mirigy-petefészek tengely éretlensége

-Androgén jelleg túltengése (PCOS)

-A Hypothalamus működési zavara (evési zavar, túlsúly, hirtelen fogyás)

-Hyperprolactinemia

-Pajzsmirigyprobléma

-Gyógyszerek (hormonális fogamzásgátlók)

-Szexuálisan átadható betegségek

Menstruációs problémák, amiknél szükséges lehet a felülvizsgálat:

-A vérzés nem kezdődött el a mellék növekedését követő 3 évet követően

-A vérzés nem kezdődött el 14 éves korban és emellett androgén jelleg is látható

-A vérzés nem kezdődött el 14 éves korban sem és emellett étkezési zavarok is felmerülnek valamint túlzásba vitt edzés

-A vérzés nem kezdődött el 15 éves kort követően sem

-A vérzés többször jelentkezik, mint 21 nap, vagy kevesebbszer, mint 45 nap

-A vérzés 90 nappal később jelentkezik, egy ciklusban

-A vérzés 7 napnál tovább tart

-Folyamatos betét és tamponcserét igényel, gyakrabban, mint 1-2 óránként átázik

-A vérzés erős és sok, és a családban előfordult már vérzési rendellenesség

