

những ngày kinh nguyệt nghe nói là một tầm lặp thường xuyên kéo dài từ 28-30 ngày. Nhưng không phải lúc nào chu kỳ kinh nguyệt cũng xảy ra ổn định. Vậy cụ thể liệu có những kiểu kinh nguyệt không đều nào cũng như chữa ra sao? Hãy cùng lắng nghe một số chia sẻ của bác sĩ Lê Phương – bác sĩ có hơn 40 năm kinh nghiệm trong lĩnh vực trị phụ khoa.

bác sĩ Lê Phương cung cấp về những loại kinh nguyệt không đều

Thầy thuốc ưu tú, chuyên gia II Lê Phương vẫn đang là Giám đốc chuyên môn Trung tâm Phụ khoa Đông y Việt đấng mây râu (trực thuộc Tổ hợp y tế Cổ truyền biện chứng Quân dân 102). Với hơn 40 năm kinh nghiệm trong trị các bệnh lý phụ khoa, chuyên gia Phương đã từng giúp hàng nghìn nữ thoát khỏi một số bệnh phụ khoa, trong số đó có trạng thái kinh nguyệt bị rối loạn.

bác sĩ chuyên khoa Lê Phương thì có bề dày về trình độ cũng như kinh nghiệm trong điều trị bệnh phụ khoa

cung cấp về giai đoạn kinh nguyệt, chuyên gia Lê Phương cho biết:

<https://phongkhamthaiha.net/>

<https://phongkhamthaiha.net/dia-chi-va-mang-trinh-o-dau-102435.html>

<https://phongkhamthaiha.net/dieu-tri-u-xo-tu-cung-o-dau-tot-102430.html>

<https://phongkhamthaiha.net/cau-tao-bo-phan-sinh-duc-nu-gioi-102467.html>

<https://phongkhamthaiha.net/bi-viem-co-tu-cung-co-mang-thai-duoc-khong-102445.html>

<https://phongkhamthaiha.net/bang-chi-so-thai-nhi-theo-tuan-tuoi-10222.html>

<https://phongkhamthaiha.net/chi-phi-thong-tac-voi-trung-het-bao-nhieu-tien-10223.html>

<https://phongkhamthaiha.net/chua-viem-lo-tuyen-co-tu-cung-o-dau-10235.html>

<https://phongkhamthaiha.net/dau-hieu-mang-thai-10233.html>

<https://phongkhamthaiha.net/dia-chi-phong-kham-phu-khoa-uy-tin-tai-ha-noi.html>

<https://phongkhamthaiha.net/viem-ong-dan-trung-102451.html>

<https://phongkhamthaiha.net/cham-kinh-2-thang-thai-duoc-may-tuan-102476.html>

<https://phongkhamthaiha.net/que-thu-thai-1-vach-dam-1-vach-mo-102503.html>

<https://phongkhamthaiha.net/khi-hu-co-mui-hoi-thoi-102433.html>

<https://phongkhamthaiha.net/ra-chat-nhay-mau-trang-duc-102505.html>

<https://phongkhamthaiha.net/ra-nhieu-khi-hu-mau-trang-nhu-ba-dau.html>

<https://phongkhamthaiha.net/chi-phi-pha-thai-bang-thuoc-bao-nhieu-tien-10270.html>

<https://phongkhamthaiha.net/pha-thai-1-thang-tuoi-102470.html>

<https://phongkhamthaiha.net/chi-phi-hut-thai-luu-het-bao-nhieu-tien-102450.html>

<https://phongkhamthaiha.net/hut-thai-co-dau-khong.html>

<https://phongkhamthaiha.net/uong-thuoc-pha-thai-vien-dau-tien-10274.html>

<https://phongkhamthaiha.net/cach-pha-thai-6-tuan-tuoi-102422.html>

<https://phongkhamthaiha.net/uong-thuoc-pha-thai-bao-lau-thi-ra-mau-hoan-toan-10296.html>

<https://phongkhamthaiha.net/cach-pha-thai-8-tuan-tuoi-102440.html>

<https://phongkhamthaiha.net/sau-khi-uong-thuoc-pha-thai-can-kieng-gi-va-nen-an-gi-102453.html>

<https://phongkhamthaiha.net/pha-thai-bang-thuoc-thanh-cong-102472.html>

<https://phongkhamthaiha.net/pha-thai-co-dau-khong-102461.html>

<https://phongkhamthaiha.net/thai-chua-vao-tu-cung-co-pha-duoc-khong-102473.html>

<https://phongkhamthaiha.net/dang-uong-thuoc-pha-thai-co-quan-he-102483.html>

<https://phongkhamthaiha.net/pha-thai-bang-thuoc-con-sot-dich-102499.html>

<http://phongkhamthaiha.net/va-mang-trinh-bao-nhieu-tien-102439.html>

<http://phongkhamthaiha.net/chi-phi-mo-u-xo-tu-cung-het-bao-nhieu-tien-102434.html>

<https://phongkhamthaiha.net/benh-u-xo-tu-cung-102465.html>

<https://phongkhamthaiha.net/dich-vu-tu-van-suc-khoe-sinh-san-102431.html>

<https://phongkhamthaiha.net/quan-he-xong-di-rua-ngay-co-thai-khong-102446.html>

<https://phongkhamthaiha.net/that-ong-dan-trung-la-gi-chi-phi-10211.html>

<https://phongkhamthaiha.net/viem-lo-tuyen-co-tu-cung-la-gi-10236.html>

<https://phongkhamthaiha.net/chi-phi-dot-viem-lo-tuyen-co-tu-cung-10237.html>

<https://phongkhamthaiha.net/benh-phu-khoa-thuong-gap-o-nu-gioi.html>

<https://phongkhamthaiha.net/chi-phi-kham-phu-khoa-het-bao-nhieu-tien.html>

<https://phongkhamthaiha.net/kinh-nguyet-khong-deu-co-mang-thai-duoc-khong-102480.html>

<https://phongkhamthaiha.net/que-thu-thai-102485.html>

<https://phongkhamthaiha.net/khi-hu-la-gi-10243.html>

<https://phongkhamthaiha.net/ra-dich-mau-trang-sua-khi-quan-he-102500.html>

<https://phongkhamthaiha.net/dau-hieu-thu-thai-thanh-cong.html>

<https://phongkhamthaiha.net/dia-chi-pha-thai-an-toan-va-uy-tin-tai-ha-noi-10265.html>

<https://phongkhamthaiha.net/nhung-cach-pha-thai-an-toan-va-dam-bao-nhat-10264.html>

<https://phongkhamthaiha.net/cach-pha-thai-bang-thuoc-102452.html>

<https://phongkhamthaiha.net/chi-phi-pha-thai-het-bao-nhieu-tien-102504.html>

<https://phongkhamthaiha.net/pha-thai-bang-thuoc-ra-tui-thai-nhu-the-nao-102442.html>

<https://phongkhamthaiha.net/uong-thuoc-pha-thai-co-anh-huong-gi-khong-10262.html>

<https://phongkhamthaiha.net/mua-thuoc-pha-thai-o-dau-102220.html>

<https://phongkhamthaiha.net/cach-pha-thai-bang-phuong-phap-sinh-non-10212.html>

<https://phongkhamthaiha.net/sau-hut-thai-bao-lau-thi-co-kinh-nguyet-tro-lai-10292.html>

<https://phongkhamthaiha.net/cach-pha-thai-2-thang-tuoi-102448.html>

<https://phongkhamthaiha.net/cach-pha-thai-2-den-4-tuan-tuoi-102458.html>

<https://phongkhamthaiha.net/sau-khi-pha-thai-va-hut-thai-co-duoc-tam-goi-102475.html>

<https://phongkhamthaiha.net/hau-gua-cua-viec-pha-thai-nhieu-lan-102481.html>

<https://phongkhamthaiha.net/pha-thai-bang-thuoc-sau-khi-sinh-mo-102488.html>

<https://phongkhamthaiha.net/pha-thai-khi-chua-co-tim-thai-co-toi-khong-102501.html>

“Kinh nguyệt là một giai đoạn quen thuộc với nữ dựa trên hoạt động của hệ trục Dưới đồi – Tuyến yên – Buồng trứng. Mỗi tháng, đối với quá trình sản xuất hormone từ tuyến yên, buồng trứng sẽ tiến triển, khi trứng chín sẽ rụng. Đồng thời nội mạc sẽ bao phủ toàn bộ tử cung để chuẩn bị sẵn sàng cho biết trứng làm cho tổ sau lúc được thụ thai cũng như trở thành thai nhi.

Nếu trứng không được thụ tinh thì lớp niêm mạc ở dạ con sẽ dần bóc ra cùng với bị đào thải ra ngoài cùng với trứng trở thành kinh nguyệt. Lớp niêm mạc tử cung sẽ phục hồi ngay Tiếp đó, buồng trứng lại tiếp tục nuôi dưỡng trứng để sắp phỏng đoán 1 chu kỳ kế tiếp.

Chính vì vậy, Căn cứ vào những ngày kinh nguyệt, chúng ta có thể nhận xét vận động của buồng trứng, giai đoạn sức khỏe sinh dục, sức khỏe sinh con của chúng ta có tốt hoặc không. Rối loạn kinh nguyệt là

một trong các vấn đề tương đối thường gặp ở chị em. Trạng thái này dẫn đến những nguy hiểm trực tuyến đến sức khỏe tổng thể cũng như đặc biệt là sức khỏe sinh con.

rối loạn kinh nguyệt sẽ dẫn đến các triệu chứng thất thường mối liên quan tới kinh nguyệt xét về nhân tố thời điểm, tần số cùng với lượng máu mất trong mỗi kỳ kinh cùng những dấu hiệu khác kèm theo. Bởi vì thế, người bệnh thường bắt gặp khó khăn trong vấn đề theo dõi chu kỳ cũng như không khó bị phải một số bệnh lý phụ khoa cùng hiện tượng bệnh vô sinh, hiếm muộn.

vòng kinh thường đều đặn 28-30 ngày

có nguy cơ bất cứ phái đẹp nào cũng từng 1 lần bị phải mức độ rối loạn kinh nguyệt. Theo số liệu tìm hiểu, thì có tới 75% nữ giới mắc kinh nguyệt không đều ít nhất 1 lần trong đời. Có bạn nam chỉ bắt gặp kinh nguyệt bị rối loạn một số lần tuy vậy cũng liệu có bạn nam bị phải không ổn định này kéo dài triền miên. Rối loạn kinh nguyệt thì có không ít loại, mỗi kiểu có đặc điểm riêng, nữ giới cần phải hiểu rõ để kịp thời phát hiện nếu mắc phải”.

thất thường về chu kỳ

vòng kinh là quá trình lặp lại của hiện tượng kinh nguyệt trong sau khoảng tầm 28-30 ngày. Nếu không đảm bảo nhân tố này thì phái đẹp đang bị phải kinh nguyệt không đều loại không bình thường về chu kỳ. Một số kiểu bất thường về chu kỳ thường bắt gặp là:

- Kinh nguyệt không đều: những ngày kinh nguyệt không có đặc điểm quy luật. Thời gian giữa hai kỳ kinh liên tiếp quá ngắn (chỉ vài ngày) hay quá dài (vài tháng). Số lượng máu kinh ra quá mức hay quá ít.
- Kinh nguyệt giữa kỳ kinh: xuất hiện hành kinh trong thời điểm giữa hai kỳ kinh, lượng máu kinh thường hay cực kỳ ít.
- Kinh nguyệt mau: Chu kỳ mỗi kỳ kinh nguyệt quá ngắn, dưới 21 hôm.
- Bé kinh: trường hợp xuất hiện kinh nguyệt song sau 3 tháng không xuất hiện lại thì gọi là bé kinh.
- Vô kinh: bạn đời không có kinh nguyệt từ tuổi dậy thì được gọi là vô kinh nguyên phát. Trường hợp có kinh Rồi ngưng khoảng tầm 6 tháng trở lên gọi là vô kinh thứ phát.

như thế, có thể xuất hiện kinh nguyệt như một khoảng quay, nếu khoảng lặp ấy mắc gián đoạn hay tần suất lặp lại quá sớm đều là dấu hiệu nhận biết của mất cân bằng về sinh lý ở phái đẹp.

ĐỌC NGAY: Kinh nghiệm ổn định kinh nguyệt sau sinh AN TOÀN của bà mẹ 9x

bất thường về số hôm hành kinh

bên cạnh không bình thường về những ngày kinh nguyệt, thì kinh nguyệt bị rối loạn còn được tìm lúc số ngày hành kinh không bình thường. Bình thường số hôm hành kinh thường lâu ngày khoảng 3-7 ngày. Nếu số hôm có kinh nguyệt ngắn hoặc dài hơn tầm này có nghĩa là nữ đang gặp phải mất cân bằng.

- Rong kinh: Số hôm thấy kinh nguyệt lâu ngày trên 1 tuần, máu thường xuyên thấy tại âm đạo hơn 1 tuần.
- Rong huyết: thấy máu tại âm đạo trên 1 tuần nhưng không phải Trong lúc kinh nguyệt.

thất thường về lượng máu kinh

kinh nguyệt không đều cũng được tìm dựa trên các bất thường về số lượng máu kinh. Thông thường số lượng máu không còn sau từng đợt hành kinh là tầm 50-80ml. Lượng máu đào thải ra trong mỗi kỳ kinh nguyệt có khả năng quá nhiều hoặc quá ít cũng là dấu hiệu cảnh báo nữ mắc kinh nguyệt không đều.

- Đa kinh (cường kinh): số lượng máu nhiều hơn thông thường (hơn 100ml), số hôm hành kinh lâu ngày hơn 7 ngày.
- Thiếu kinh: Bên cạnh đó với đa kinh, thiếu kinh là số lượng máu quá ít (dưới 20ml), số hôm hành kinh ít hơn 3 hôm.

không bình thường về lứa tuổi tắt kinh

thường thì lứa tuổi hết kinh của nữ giới rơi vào tầm khoảng 45-55 tuổi. Song rất nhiều tình huống ghi nhận chị em phụ nữ mãn kinh trước 40 tuổi. Đây được xem là một vấn đề kinh nguyệt bị rối loạn liệu có đe dọa rất lớn đến sức khỏe, đặc biệt là sức khỏe sinh sản của nữ.

khi hết kinh kịp thời, lượng estrogen – nội bài tiết tố cần thiết với chị em phụ nữ sẽ suy nhược. Estrogen được ví như nhựa sống cho biết người chị em phụ nữ giữ gìn một số hoạt động sinh lý. Vì vậy khi thiếu hụt nội bài tiết tố này, người nữ sẽ trở thành rệu rã, nguy cơ bị các bệnh lý về tim mạch, xương khớp... gia tăng. Da, tóc, móng – những nhân tố về thẩm Mỹ cũng gặp ảnh hưởng xấu. Không ít nữ thiếu hụt estrogen thường bị bệnh tóc rụng, da xỉn màu, sạm, nám cùng với móng giòn, chưa có cấp độ bóng.

Nội bài tiết tố nữ giới Estrogen xem là nhựa sống của cơ thể phái đẹp

cùng với yếu tố nói trên thì rối loạn kinh nguyệt còn gồm hiện tượng thống kinh. Khi gặp phải hiện tượng này, phụ nữ sẽ rất đau đớn vùng bụng dưới, thậm chí cần phải lấy đến thuốc suy giảm đau liều cao, không lao động hoặc sinh hoạt được do người giảm sút cũng như mệt mỏi.

Vậy nguyên nhân do đâu mà khoảng lặp kinh nguyệt lại gặp bất ổn? Cần phải xác định cùng với hóa giải nguyên nhân thì mới có khả năng điều hòa ổn định kinh nguyệt.

thống kê NGAY: dấu hiệu nhận biết kinh nguyệt bất thường và đe dọa nguy hiểm chị em hạn chế coi nhẹ

căn nguyên dẫn đến hiện tượng kinh nguyệt bị rối loạn

Theo cung cấp của chuyên gia Lê Phương, Y học tiên tiến cho rằng quá trình rối loạn nội bài tiết tố, nhất là nồng độ hình estrogen, progesterone cùng với testosterone trong người nữ giới chủ yếu là căn nguyên hình thành những ngày kinh nguyệt. Khi nồng độ những hormone này bị thay đổi thì sẽ dẫn tới một số thất thường về kinh nguyệt.

nhưng mà mất cân bằng hormone cũng chỉ là một dấu hiệu của người. Cấp độ này thì có nguyên do sâu xa chủ yếu là sự không ổn định của lục phủ ngũ tạng, rối loạn âm dương và vai trò của các bộ phận sinh con cần thiết như buồng trứng, dạ con đang bị suy giảm. Mặt khác, nữ hoặc bị căng thẳng, lo lắng thì cơ thể sẽ hình thành độc tố làm cho hoạt động của những tạng phủ bị tác động Từ đó mà cũng gây một số thay đổi.

Trong Y học cổ truyền, kinh nguyệt bị rối loạn liệu có tên gọi là bệnh Nguyệt kinh. Chứng bệnh này gồm những chứng: Thống kinh, bế kinh, kinh trở, băng bệnh lậu, kinh trễ, kinh loạn...

Danh y Hải Thượng Lãn Ông đã từng viết: “Đàn bà sử dụng huyết kiểm soát, mà khí lại là gốc của huyết. Vậy khí thuận thì huyết lưu hành không vướng tắc, nếu khí trệ thì huyết hại, vậy nên muốn cho biết

huyết lưu hành tốt thì trước tiên phải lý khí. Mà Thận là gốc của khí, Can (Gan) tàng huyết, Tỳ (Lá lách) chủ về vận hóa. Chỉ lúc cả ba tạng phủ này đều khỏe mạnh, hoạt động tốt thì khí huyết mới được điều hòa, nội đào thái mới được ổn định”.

Bên cạnh đó, nữ sở hữu bào cung là khí quan riêng biệt, chuyên chủ vấn đề kinh nguyệt và hệ bào, nơi phát nguồn của mạch Xung và Nhâm. Trong đó, mạch Xung là bề của huyết, mạch Nhâm là chủ về bào thai Vì vậy hai mạch này liệu có chi phối tuy nhiên nhưng mà, không dễ có khả năng tách rời.

Nếu khí huyết của mạch Xung cùng với Nhâm tổng quát, thịnh vượng thì hành kinh sẽ thấy đều đặn, theo chu kỳ từng tháng. Bên cạnh đó khí huyết của hai mạch này suy giảm thì kinh nguyệt sẽ gặp rối loạn.

thay đổi nội tiết tố, hai mạch Nhâm Xung bị chi phối sẽ làm cho người phụ nữ mệt mỏi, kinh nguyệt thay đổi

Bởi vì thế muốn ổn định chu kỳ kinh một phương pháp bền vững thì cần phải bồi dưỡng những tạng phủ Thận – Can – Tỳ, giải quyết những bất ổn tại hai mạch Nhâm – Xung, khắc phục phần huyết hư, ổn định nội tiết tố Mặt khác cải thiện sức khỏe tổng thể, tăng cường sức đề kháng, loại bỏ một số nguy cơ dẫn tới viêm nhiễm phụ khoa.

Để đáp ứng mọi một số mục tiêu kể trên, việc điều trị bằng một số loại thuốc thay đổi hormone là chưa đủ, lại liệu có yếu tố phụ thuộc. Nên một giải pháp đầy đủ, hóa giải toàn bộ một số căn nguyên bên trong thì hiệu quả mới được bền vững.