

7 intrebari despre menstruatie

Articol de: anca axenia

In viata ai aproximativ 400 de menstruatii. Vei crede, probabil, ca dupa ani de crampe si dureri abdominale stii deja totul despre acea perioada a lunii. Insa, cu siguranta mai exista cateva intrebari la care nu stii inca raspunsul.

De ce am visuri care par atat de reale in timpul menstruatiei?

Niciun studiu de specialitate nu a reusit sa raspunda la aceasta intrebare, insa cercetatorii au aflat ca somnul nostru este perturbat cu o saptamana inaintea aparitiei menstruatiei.

Multe femei se trezesc in timpul noptii sau foarte devreme dimineata, exact in momentul cand viseaza. De aceea ele isi amintesc foarte bine ce au visat.

De ce sangele pe care il pierd in timpul menstruatiei este maro la inceputul si la sfarsitul perioadei?

La inceputul si la sfarsitul perioadei menstruale sangele curge foarte incet din vagin si de aceea, in contact cu aerul, oxideaza, devenind maro.

Ce sunt acele mici cheaguri de sange? Ar trebui sa ma ingrijorez?

Stai linistita. In cele mai multe cazuri, cheagurile de sange se formeaza deoarece sangele sta mai mult timp in uter sau in vagin inainte sa il elimini.

Astfel, in acest timp el se coaguleaza. Consulta un medic daca elimini cheaguri foarte mari sau daca pierzi mult sange.

De ce sangerez pe o singura parte a absorbantului?

Probabil pentru ca iti petreci o mare parte din zi stand jos. Cand stai jos pentru o perioada mai lunga de timp, sangele se va scurge pe o singura

parte a tamponului.

Varsta de 30 de ani este varsta la care apare premenopauza?

Din fericire, da! Femeile ajung la menopauza in jurul varstei de 45 de ani. Premenopauza este perioada de tranzitie, momentul cand incep sa apara simptomele menopauzei.

Menopauza care apare la femeile de sub 40 de ani este considerata menopauza prematura.

De ce trebuie sa merg la toaleta (pentru problema cea mare) la inceputul menstruatiei?

Femeile care nu au nici un fel de probleme de sanatate acuza miscari gastrointestinale in acea perioada a lunii. Cele mai multe astfel de probleme apar in saptamana dinaintea menstruatiei.

Sursa acestei probleme este, asadar, fluctuatia gastrointestinala.

Stiu ca femeile sunt usor iritabile in acea perioada, insa gelozia si insecuritatea sunt si ele simptome ale menstruatiei?

Da! Schimbarile hormonale care se petrec in aceasta perioada in organismul tau atrag dupa sine o serie de stari care de care mai ciudate. Printre acestea se numara si iritabilitatea, insecuritatea si gelozia.

De aceea este bine sa reduci consumul de cofeina in timpul menstruatiei, sa bei cat mai multa apa si sa iei vitamine.

Taguri articol: menstruatie, dureri abdominale, somn,

serviciu oferit de [GWP Entertainment](#)

