

# Kỳ kinh nguyệt đầu tiên khi bé gái dậy thì tại [bacsituvandakhoa.de.rs](http://bacsituvandakhoa.de.rs)

Theo thạc sĩ bác sĩ Ngô Thị Bình Lụa, Trung tâm phụ khoa, trước kia độ tuổi bắt mới đầu dậy thì của bé gái tầm khoảng Từ 13-15 độ tuổi. Hiện nay, giai đoạn tuổi dậy thì ở trẻ gái bắt đầu tiên sớm hơn - thường đang nhập tầm 9-13 tuổi. Trong giai đoạn dậy thì, bé gái sẽ có quá trình thay đoạn về chiều cao, cân trầm trọng, ngực nhú, thì có sự thấy lông mu. Quá trình thay đổi không nhỏ nhất có khả năng khiến bé gái lo sợ, lo lắng chính là chu kỳ kinh trước hết.

Chu kỳ kinh nguyệt trước hết đến kịp thời hay muộn còn liên quan yếu tố di truyền, ảnh hưởng môi trường sống, chế độ ăn uống. Ngày nay, liệu có thống kê bé gái sống ở thành thị thường hành kinh sớm hơn so với bé gái vùng nông thôn, tác nhân bởi trẻ được chia sẻ đầy đủ về thực phẩm, tiếp nhận nhiều thông tin trong cuộc sống hiện đại, có khả năng mối quan hệ tới quá trình gia tăng mức độ béo phì tại trẻ nhỏ. Vì vậy tổng độ tuổi kinh nguyệt bé gái ngày càng sớm.

Khoảng thời gian qua thì có không ít cha mẹ đưa chị em tới BVĐK Tâm Anh TP HCM kiểm tra tính mạng tuổi dậy thì. Một số trẻ gặp thắc mắc dậy thì kịp thời, một số trẻ dậy thì muộn cùng với không ít trẻ gặp không bình thường trong hiện tượng tuổi mới lớn như hiện tượng cường kinh, rong kinh, kinh thưa... các bé gái sẽ thì có biểu hiện "tiền "rụng râu" nguyệt", cảm giác đau căng bụng sau, mệt mỏi hơn thông thường, nam giới nhận diện tích trữ nước; những bé mất cân bằng tâm lý, biến đổi Hoang mang, thay đổi tuổi dậy thì, cảm giác không ổn định, lo lắng.

Theo bác sĩ Bình Lụa, cha mẹ có con gái trong độ tuổi 10-13 tuổi cần phải sắp tâm sinh lý, kiến thức cho bé gái trong tuổi mới lớn, Để các em sẵn sàng đón nhận quá trình mất cân bằng Vừa rồi cơ thể. Đặc biệt, sự rối loạn rất lớn nhất là những ngày kinh nguyệt trước hết. Lúc bé gái bước vào độ tuổi lên 10, mẹ nên giải thích phỏng đoán bé gái nguyệt san là tình hình sinh dục thường thì, là dấu hiệu chuẩn bị dậy thì của con gái, không phải là chứng bệnh "chảy máu" gây nguy hiểm như nhiều trẻ nhỏ nhầm tưởng. Khi thấy chu kỳ kinh nguyệt mới đầu đời, nồng độ estrogen Tăng khiến niêm mạc dạ con cũng mắc dày lên Nhằm giúp vấn đề thụ thai cùng

với có bầu. Trứng không được thụ tinh gây quá trình sụp đổ nội đào thải, khiến cho lớp nội mạc tử cung công dụng bong tróc gây nên quá trình xuất huyết và thoát ra khỏi tử cung, theo đường âm đạo ra ngoài - đó chủ yếu là hành kinh.

## **Quan sát một số dấu hiệu thất thường về kinh nguyệt tuổi mới lớn**

Bác sĩ Bình Lụa cho thấy, với một số bé gái đón chu kỳ kinh trước hết, phụ huynh nên đồng hành để ý bởi vì đặc thù tuổi mới lớn con liễu có rất nhiều bất ổn. Một số con rối loạn về mặt tâm sinh lý, nhận thức, có nguy cơ “khủng hoảng” trong thời kỳ bắt mới đầu thấy chu kỳ kinh nguyệt.

Một bé gái mới có chu kỳ kinh nguyệt trước hết có thể bắt gặp trạng thái rối loạn kinh nguyệt lâu ngày trong tầm 1-2 năm do hệ nội đào thải chưa ổn định, dẫn tới các kinh nguyệt không đều giai đoạn đầu. Do đó, bé gái có khả năng bắt gặp giai đoạn cường kinh, rong kinh, rong huyết, hoặc kinh Thừa.

Hôm "đèn đỏ" trước hết, nguyệt san có khả năng ít, tuy nhiên bé không dễ chịu cảm giác đau bụng, ngày thứ 2- 3 máu kinh sẽ không ít hơn, đến ngày 4-5 giảm. Vòng kinh thường lâu ngày 3-5 hôm, một tỷ lệ có nguy cơ đạt tới đa 7 ngày.

Trong mỗi chu kỳ, số lượng máu "rụng râu" mất đi khoảng tầm 50 ml. Nếu như số lượng máu quá mức vượt Trên 200 ml, trẻ cần phải thường xuyên thay thế băng rửa ráy, nam giới mệt mỏi... là dấu hiệu nhận biết của cường kinh, cha mẹ nên đưa bé tới bệnh viện kiểm tra. Bởi vì tại tuổi mới lớn, Nếu như trẻ có lượng máu kinh nguyệt nhiều có khả năng liên quan căn bệnh thay đổi đông máu, bệnh lý huyết học mà có nguy cơ trước đây không có biểu hiện. Ra máu không ít trong lần ban đầu "đèn đỏ", hay ở một số kỳ kinh nguyệt tiếp theo Luôn có thể là biểu hiện sớm của bệnh lý huyết học.

Theo chuyên gia Bình Lụa, với các bé không có nam giới thân cận như mẹ ruột, chị gái hoặc những bé thiên Phương thức sống nội tâm, ngại cung cấp thì chúng ta cần khuyến cáo bé viết nhật ký nguyệt san. Bởi vậy khuyến cáo bé chẩn đoán một số bất thường trong chu kỳ kinh, thông báo cho người lớn Nhằm đưa bé Đi kiểm tra. Thông tin cấp thiết như thời điểm liễu có "rụng râu", số hôm nguyệt san, lượng băng vệ có con cần phải sử dụng 1 ngày bao nhiêu chiếc, "rụng râu" của con máu đỏ tươi hoặc máu

cục. Mặt khác, một số biểu hiện "đèn đỏ" lần đầu tiên con gặp phải như đau đốn bụng, căng ngực, hay mỗi một khó chịu ở đâu tốt nhất Hà Nội phụ huynh cần phải chú ý bé kể lại.

## Lựa chọn sản phẩm rửa ráy khoa học trong hôm "rụng râu"

Lần hành kinh đầu tiên sẽ bất ngờ và chớ nên báo trước, Vì vậy phụ huynh có bầu gái trong tuổi dậy thì nên để ý, dạy con những dấu hiệu tiền kinh nguyệt có nguy cơ thấy như: đau bụng tiền "rụng râu", nam giới mệt mỏi, cáu gắt, có thể thay đổi về da như mọc mụn nhọt, mất đi ngủ, tích nước, thèm ăn đồ chua hay ngọt.

Trong những ngày kinh nguyệt, bé gái nên dùng các vật liệu Nhằm thẩm thấu hút máu "đèn đỏ" chảy ra đường âm đạo. Bởi vậy, trước lúc hành kinh, cha mẹ cần thiết chuẩn bị sẵn dụng cụ làm sạch, chỉ định bé gái phương pháp dùng.

Với những bé gái không có giao hợp tình dục thì nguy cơ nhiễm trùng âm hộ trong chu kỳ "đèn đỏ" cũng thấp. Cha mẹ không nên coi nhẹ vấn đề dạy trẻ đảm bảo vệ sinh, tuyệt nhiên cải thiện rửa ráy trong các hôm "đèn đỏ". Các hôm hành kinh môi trường "cô bé" kín, ướt át, sẽ khiến Tăng nguy cơ nhiễm khuẩn.

Bác sĩ Bình Lựa lưu ý, cha mẹ nên hướng dẫn bé cần duy trì lối sống thay bằng rửa ráy dưới 4-6 giờ lấy hoặc thay thế bất cứ khi nào xuất hiện băng thấm thấu quá độ hay nhận thấy khó chịu, ẩm ướt. Cha mẹ cũng cần giải đáp cho con hiểu máu trong cơ thể Tới ra phía ngoài có thể mắc viêm nhiễm, bởi thế nên Nếu mà không thay băng liên tiếp sẽ bị những vi khuẩn đó tấn công lại truy cập cơ thể.

Phụ huynh cần phải tư vấn cho con chọn lựa sử dụng băng làm sạch thích hợp, hạn chế lem bẩn lên quần, váy áo, áo lót, Đồng thời giải đáp Chi tiết kết luận bé gái một số sản phẩm rửa ráy như tấm bông, cốc "rụng râu" được dùng ở những bé gái nước bên ngoài. Đây là một số sản phẩm dành cho biết nhóm bé gái thì có "yêu" tình dục Tiếp đó mới cần lấy.

- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?phong-kham-da-khoa-thai-ha-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?cac-phong-kham-da-khoa-tu-nhan-tot-nhat-tai-ha-noi-6789.html>

- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-phong-kham-nam-khoa-o-dau-tot-nhat-tai-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-kham-chua-yeu-sinh-ly-o-dau-tai-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-kham-chua-benh-xuat-tinh-som-o-dau-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-cat-bao-quy-dau-o-dau-tot-nhat-an-toan-tai-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?chi-phi-cat-bao-quy-dau-het-khoang-bao-nhieu-tien-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?phong-kham-chua-benh-tri-o-dau-tot-nhat-tai-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?bang-gia-chi-phi-chua-benh-tri-het-bao-nhieu-tien-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-phong-kham-phu-khoa-o-dau-uy-tin-tai-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?bang-gia-chi-phi-kham-phu-khoa-het-bao-nhieu-tien-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?cach-pha-thai-an-toan-nhat-va-nhanh-nhat-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?chi-phi-pha-thai-an-toan-het-bao-nhieu-tien-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-pha-thai-an-toan-tai-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?hut-thai-an-toan-co-dau-khong-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?cac-benh-xa-hoi-thuong-gap-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-kham-va-chua-benh-sui-mao-ga-o-dau-tot-nhat-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?chi-phi-chua-benh-sui-mao-ga-het-bao-nhieu-tien-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?hinh-anh-benh-sui-mao-ga-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?benh-sui-mao-ga-o-nam-gioi-6789.html>

- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-kham-chua-benh-lau-o-dau-tot-nhat-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-kham-benh-giang-mai-o-dau-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-kham-benh-xa-hoi-o-dau-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?dia-chi-chua-hoi-nach-o-dau-tot-nhat-ha-noi-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?cach-chua-hoi-nach-tot-nhat-hien-nay-6789.html>
- <https://ts.hust.edu.vn/hoi-dap/huong-dan-tuyen-sinh-nam-cho-nam-2023?chi-phi-chua-benh-lau-6789.html>

Bác sĩ chuyên khoa Bình Lụa báo hiệu, nhắc Từ khi con liệu có chu kỳ kinh nguyệt ban đầu, đánh dấu bộ máy sinh con sẵn sàng hoạt động, Nếu mà thì có phát sinh quan hệ tình dục thì sẽ có nguy cơ mang bầu. Tuy nhiên đối với bé gái tuổi dậy thì, người chưa tiến triển hoàn chỉnh cả về thể dưỡng chất cùng với Trạng thái cảm xúc, là giai đoạn con cần phải tập luyện trung học luyện tập, phát triển và hình thành nhân cách, việc nầy sinh giao hợp phái mạnh chị em phụ nữ quá sớm sẽ gây nên không ít hối tiếc cũng như tai biến không dễ lường cho bé gái.

Chính vì vậy, tại cột mốc vô cùng cần thiết này phụ huynh nên theo dõi con sát sao, bên cạnh con như người chỉ dẫn, khiến cho bạn Cùng với con, dạy con một số bài học về phục vụ mình, bảo vệ – tự vệ kết luận chính mình không nên tiếp xúc gần đối với phái mạnh, tuyệt nhiên không Để bạn nam khác sờ truy cập vùng kín, không Để phát sinh "lâm trận" tình dục phái mạnh – chị em.

## **THÔNG TIN LIÊN HỆ TRUNG TÂM Y TẾ HUYỆN PHÙ NINH**

- Địa chỉ: Khu 12 - Xã Phú Lộc – Huyện Phù Ninh - Tỉnh Phú Thọ
- Điện thoại: 0869 169 333
- Fax: (0210)3.773.164
- Email: [benhviendakhoaphuninh@gmail.com](mailto:benhviendakhoaphuninh@gmail.com)
- Website: **[bacsituvandakhoa.de.rs](http://bacsituvandakhoa.de.rs)**