

这是什么？

月经量多是指在正常月经周期中出血很多。这很常见，且影响许多女性。大多数人会流失2到3汤匙的血液。流失5汤匙以上的血即为月经量过多。

如有以下情况，可能是月经量过多：

- 频繁更换卫生巾或卫生棉条
- 经血渗透衣服
- 看到血块

月经量过多可能有不同的原因。某些原因包括血凝块、子宫肌瘤和息肉。这会让某些女孩和女性的生活更加艰难。月经量过多由于铁不足会让人感到疲倦。可能会感到头晕、脸色苍白，或者感到疼痛或腹部绞痛。

全科医生现在会做些什么？

全科医生会询问你的整体健康和既往病史。医生可能会安排超声波检查子宫和卵巢。医生还可能会做怀孕检测、宫颈筛查或血液检测。

治疗可能包括激素治疗等药物治疗。如果情况严重，全科医生可能会建议手术。医生也可能会将你转诊给专科医生做更多检查。

我可以问医生哪些问题？

- ☐ 为什么我月经量大？
- ☐ 什么治疗最适合我？
- ☐ 我该如何改善症状？



我能做些什么？

通过记录月经开始日期、持续时间、出血量以及对日常生活的影响来跟踪月经。用手机上的应用或日记记录，尤其是当症状使日常活动变得困难时。这可能会帮助你制定计划管理症状，让自己更有掌控感。

将这些信息分享给你的全科医生。

都有哪些支持？

通过新州女性健康中心联系你本地的女性健康中心
有多种女性健康服务可以提供资源。

- Jean Hailes：为所有女性创造更健康的未来
- 女性健康与公平信息中心

在哪里可以了解更多信息？

- 更好的健康频道 — 月经：异常出血：betterhealth.vic.gov.au
- RANZCOG – 月经量过多：ranzco.org.au
- 维多利亚皇家妇女医院 — 什么是月经量过多？thewomens.org.au