

# Rong kinh: Nguyên nhân, dấu hiệu và cách điều trị hiệu quả

Rong kinh là tình hình không thường ít gặp, tuy vậy nhiều chị em phụ nữ còn chủ quan ko khám và điều trị, nhiều ngày khiến cho ảnh hưởng tới tính mạng cùng với xác suất sinh sản. Hầu hết thông tin của tình trạng này sẽ được tư vấn khía cạnh trong nội dung sau đây mang quá trình giải đáp chuyên khoa của BS.CKI Nguyễn Quang Nhật, bác sĩ Trung tâm phụ khoa, bệnh lý viện Đa khoa Tâm Anh TP.HCM.

## Rong kinh là gì?

Rong kinh (có tên tiếng Anh là Menorrhagia) là tình trạng lượng máu "đèn đỏ" chảy nhiều hoặc cải thiện hơn so với 1 chu kỳ bình thường. Bình thường, một chu kỳ kinh nguyệt bình thường cải thiện 28-32 ngày, lúc có kinh là 3-5 ngày. Số lượng huyết hành kinh tầm 50-80ml chủ yếu là lớp niêm mạc dạ con bong chảy. Tiếp ấy, xuất hiện lớp niêm mạc dạ con mới giúp chu kỳ tiếp theo. (1)

Hiện tượng chu kỳ kinh kéo dài trên 1 tuần hoặc lượng huyết kinh hơn 80ml được xem là rong kinh. Để nhận xét lượng huyết kinh tới từng chu kỳ là nhiều hay ít, chị em có thể dựa phía trên số lượng và số lần thay thế băng làm sạch. Ví như cần thay băng vệ sinh liên tục hàng giờ hay sử dụng trên kia hai băng vệ sinh cùng lúc, điều ấy cho thấy lượng máu kinh đang chảy phổ biến bất thường.

Trường hợp bắt buộc thay thế băng rửa ráy rất hay hàng giờ, như là biểu hiện của rong kinh

Đồng thời, tình hình huyết kinh xuất đa dạng đến ban đêm hay huyết đông thành cục lớn cũng là triệu chứng của hiện tượng này. Rong kinh kéo dài có thể làm cho chị em nữ giới không đủ huyết, mệt mỏi cũng như xanh xao. Nguy hiểm hơn, bệnh này còn tạo điều kiện cho virus dẫn tới hại sinh sôi cũng như lớn mạnh, dẫn tới viêm nhiễm các bộ phận sinh dục, dễ dẫn đến những bệnh lý sản phụ khoa cũng như gây nên vô sinh tại nữ giới.

BS.CKI Nguyễn Quang Nhật, bác sĩ Trung tâm sản phụ khoa bệnh lý viện Đa khoa Tâm Anh TP.HCM khuyến cáo, trường hợp gặp phải tình trạng này, nữ giới phải đến tức khắc bệnh lý viện để được thăm khám sớm, tìm ra lý do chính xác. Từ kết trái kết luận và cơ địa, tình trạng sức khỏe mà chuyên gia sẽ trả lời cũng như chỉ định chữa trị phù hợp.

## Dấu hiệu lúc bị rong kinh là gì?

Y bác sĩ Nguyễn Quang Nhật giới thiệu những biểu hiện phổ biến của rong kinh giúp chị em để nhận biết. Những dấu hiệu đó gồm: (2)

[chất lượng phòng khám đa khoa thái hà](#)

[khí hư màu trắng](#)

[khí hư có mùi](#)

[bị rong kinh làm sao hết](#)

[khí hư màu xanh](#)

[cách chữa khí hư màu nâu](#)

[rong kinh là gì](#)

[va mang trinh](#)

[chữa tắc vòi trứng](#)

[bị rong kinh](#)

[khí hư màu nâu nhạt](#)

[cách chữa khí hư màu xanh](#)

[cách chữa viêm lộ tuyến cổ tử cung](#)

[viêm lộ tuyến cổ tử cung là gì](#)

[rong kinh và cách chữa](#)

[cách chữa khí hư màu trắng sữa](#)

[khí hư có mùi](#)

[chữa tắc vòi trứng](#)

[vá màng trinh ở đâu](#)

Đau đón bụng kinh;

Số lượng máu kinh chảy rộng rãi trong thời điểm hành kinh, cải thiện liên tục phía trên 1 tuần, đặc biệt có thể lên tới 10 ngày;

- Lượng máu kinh rộng rãi hơn 80ml thay do 50-80ml tại 1 chu kỳ bình thường;
- Phải thay băng rửa ráy rất hay dưới vài ba giờ;
- Cần dùng cùng khi hai hay đa dạng băng vệ sinh;
- Hình thành u huyết đông thì có kích cỡ lớn;
- Xuất hiện các biểu hiện của không đủ huyết như cảm thấy đau đón, không dễ dàng thở, kiệt sức. Lúc gặp phải không đủ huyết, chị em phụ nữ có thể gặp phải những triệu chứng của một tình trạng gọi là PICA, gồm có bệnh tóc rụng, da nhợt nhạt cũng như muốn ăn những thiết bị chẳng phải là thực phẩm như là tóc, giấy, bụi bẩn...

Khi liệu có những triệu chứng này, bạn nữ cần đến bệnh viện ngay để được khám và chữa trị phù hợp.

Thời điểm liệu có các dấu hiệu ví dụ đau bụng kinh cải thiện, số lượng máu kinh xuất nhiều... bạn gái bắt buộc đến bệnh viện nhanh chóng để được thăm khám

## **Nguyên nhân rong kinh**

Rong kinh có khả năng do nhiều nguyên nhân, từ các câu hỏi mối liên quan tới hormone, các bệnh không giống hay lắm khi là do lo lắng. Trong bài viết này là các lý do phổ biến nhất: (3)

### **1. Mất cân bằng hormone**

Quá trình cân với giữa hormone Estrogen cùng với Progesterone ở các chị em sẽ giúp điều chỉnh tổng hợp ở niêm mạc dạ con bong xuất trong chu kỳ kinh nguyệt. Trường hợp liệu có 1 mẫu hormone

nào thiếu hụt gây nên biến mất cân với, niêm mạc tử cung sẽ vững mạnh quá nhiều, dẫn tới số lượng máu kinh ra đa dạng.

Các nguyên nhân có thể khiến cho mất cân với hormone tại phái yếu gồm có chứng bệnh buồng trứng đa nang (PCOS), bệnh tuyến giáp, tình hình béo phì, kháng insulin...

## **2. Biến đổi chức năng buồng trứng**

Ví như trứng không rụng lên chu kỳ kinh nguyệt, cơ thể phụ nữ chưa thể chế tạo chảy hormone Progesterone ví dụ 1 chu kỳ kinh bình thường làm mất cân bằng hormone, hậu quả là rong kinh.

## **3. Phì đại tử cung**

Những khối u xơ tử cung lành đặc tính cũng là một trong số các nguyên nhân làm cho những ngày kinh nguyệt cải thiện hơn thông thường.

## **4. Lạc nội mạc dạ con**

Hiện tượng lạc nội mạc trong cơ dạ con có khả năng dẫn đến phiền toái cùng với chảy huyết, làm cho bệnh nhân dòm thấy số lượng huyết tới chu kỳ xuất rộng rãi hơn.

## **5. Polyp dạ con**

Polyp khối tính, kích thước nhỏ nằm ở trên niêm mạc dạ con có thể gây nên hiện tượng chảy huyết kéo dài.

## **6. Đặt khoảng tránh thai**

Rong kinh cũng là một trong các công dụng phụ thường gặp của phương pháp đặt tâm tránh thai để ngăn chặn vấn đề có bầu.

## **7. Mối quan hệ tới thời kỳ mang thai**

Sảy thai (thai nhi tử vong trong tử cung) hoặc có thai không tính tử cung có thể gây tình trạng chảy máu bất thường.

Có thai ngoài tử cung là một trong các nguyên do khiến chảy huyết chu kỳ kinh nguyệt cải thiện

## **8. Sử dụng thuốc**

Một vài cái thuốc đó là thuốc tránh nhiễm trùng, thuốc ngăn chặn đông máu, thuốc nội tiết... có khả năng gây nên tình hình ra huyết hành kinh cải thiện.

## **9. Các bệnh không giống**

Tình trạng thay đổi đông huyết di truyền ví dụ bệnh lý Von Willebrand có thể dẫn tới ra huyết "đèn đỏ" khác thường. Ngoài ra, ung thư cổ dạ con, ung thư tử cung hay ung thư buồng trứng cũng có thể dẫn đến rong kinh.

## **10. Những nguyên nhân khả năng không giống**

Trong một vòng kinh thông thường, buồng trứng sẽ xoa dịu trứng (sự rụng trứng) để chế tạo

hormone Progesterone giúp cơ thể, giữ gìn cho chu kỳ kinh đều đặn. Giả dụ trứng ko rụng, lượng hormone Progesterone có khả năng gây chảy máu trầm trọng.

Tình hình rong kinh tại trẻ vị thành niên là bởi biến đổi của quá trình trứng rụng. Với không to gái tuổi vị thành niên, hay năm trước tiên trứng chưa thể được giải phóng khỏi buồng trứng.

Với phụ nữ ở tuổi có con, tình trạng này liệu có mối liên quan tới những bệnh lý như là phì đại tử cung, polyp dạ con hay lạc nội mạc tử cung. Bên cạnh đó, những bệnh không giống thí dụ ung thư dạ con, mất cân bằng đông máu di truyền, bệnh gan, thận hay tác động phụ của thuốc cũng có thể gây ra hiện tượng này.

Mặt khác, rong kinh tiền hết kinh cũng là một trong số hiện tượng phổ biến tại phụ nữ đang mức độ tuổi trung niên.

## **Rong kinh cải thiện bao lâu?**

Thông thường, khi hành kinh sẽ tiếp diễn từ 3-5 hôm, nếu thời điểm đèn đỏ kéo dài trên 7 ngày được gọi là rong kinh. Tuy nhiên, lúc rong tại từng người bệnh sẽ khác nhau, căn cứ theo đến nguyên do dẫn tới bệnh lý

## **Rong kinh liệu có nguy hại không? có biến chứng gì không?**

Bị rong kinh sẽ đối diện với những ảnh hưởng nào là câu hỏi tổng quát của chị em nữ giới thời điểm rơi tới tình trạng này. Y bác sĩ Nguyễn Quang Nhật giúp biết, lúc số lượng máu kinh xuất rất nhiều hay quá nhiều mà đừng nên chữa lợi ích tốt có khả năng gây nên các bệnh lý khác. Rõ ràng là: (4)

### **Một. Không đủ máu**

Bệnh có thể gây ra thiếu máu bởi mất huyết rất nhiều đến mỗi vòng kinh. Khi mắc phải thiếu máu, chị em nữ giới sẽ phát hiện không dễ thở, người mệt mỏi, da xanh xao, thiếu sức sống...

Rong kinh nếu không nên trị lợi ích tốt nhiều ngày có khả năng gây thiếu máu nặng, đối tượng phiền toái, xanh xao, thiếu sức sống...

### **2. Đau đớn bụng dữ dội**

Không tính lượng máu kinh đa dạng, nữ giới có thể cảm thấy đau bụng dữ dội (triệu chứng tương tự đau bụng kinh). Một số tình huống tình hình chuột rút liệu có liên quan đến rong kinh.

### **3. Nguy cơ vô sinh - hiếm muộn**

Thời điểm gặp phải rong kinh, huyết sẽ thì có màu đen do mắc phải ứ đọng lâu trong tử cung, vấn đề này tạo điều kiện thuận tiện giúp các virus gây ra hại thâm nhập dẫn đến bệnh lý. Vi khuẩn có thể đi theo chiều từ âm hộ vào vòi trứng, buồng tử cung... gây nên nguy hại đến khả năng sinh sản của các chị em.

Bên cạnh đó, hiện tượng chảy máu nhiều còn là biểu hiện của phổ biến bệnh lý phụ khoa khác thí dụ viêm nhiễm nội mạc dạ con, polyp tử cung, phì đại tử cung, buồng trứng đa nang... trường hợp lơ là, ko khám và chữa từ kịp thời, bệnh lý có khả năng dẫn đến vô sinh - hiếm muộn, cướp đi "thiên chức" làm mẹ của chị em.

# Gặp phải rong kinh phải làm cho sao?

Bỗng 1 ngày đẹp trời, nhận biết chu kỳ kinh nguyệt không giống lạ cũng như thì có những dấu hiệu đặc trưng của bệnh, chắc chắn chị em nữ giới đều sợ hãi cùng với tâm sự rằng mắc phải rong kinh nên khiến cho sao? bác sỹ Nguyễn Quang Nhật khuyên rằng, trong tình huống này bạn nữ cần:

## Một. Điều chỉnh thói quen sinh hoạt hợp lý

Chế độ dinh dưỡng là một trong số các cách nâng cao tình hình rong kinh hiệu quả. Phụ nữ cần:

Ngồi nghỉ phù hợp, hạn chế những hoạt động cùng với vận động mạnh;

Duy trì tính tình vui vẻ, tránh căng thẳng, stress;

- Ngủ nghỉ đúng giờ và đầy đủ giấc;
- Rửa ráy âm đạo sạch, thay thế bằng vệ sinh mới thường xuyên.

## 2. Tuân theo khẩu phần ăn uống thích hợp

1 chế độ dinh dưỡng khoa học sẽ cho nâng cao tình hình đau đớn, bổ sung chất cho người hạn chế tình hình thiếu huyết, cũng như là nạp thêm năng số lượng cho người khỏe khoắn hơn. Chị em bắt buộc lưu ý:

Cho thêm thêm hoa quả cũng như rau củ xanh đến khẩu phần ăn hàng ngày để ổn định đường huyết trong huyết, cân bằng nội tiết tố, làm giảm nhiễm trùng;

Ăn thêm cá biển hoặc cá nhiều chất béo để giúp giảm cảm giác đau, giảm sút viêm;

- Cải thiện món ăn có nhiều sắt cùng với vitamin B6 để cải thiện tình hình không đủ máu;
- Buộc phải ăn thêm ngũ cốc bởi chúng đựng ít glycemid sẽ giúp cân với nội đào thải tố;
- Ko dùng các chất kích thích như là rượu, bia, cà phê;
- Ko ăn các món cay, nóng như là phở biến ớt, tiêu.

Phụ nữ nên gia tăng rau củ xanh đến chế độ ăn thường nhật để cân với nội đào thải tố, hạn chế nhiễm trùng

## 3. Thăm khám với chuyên gia sản phụ khoa

Đi thăm khám phụ khoa là vấn đề làm cho cần thiết cũng như cần thiết nhất thời điểm nhận biết bị rong kinh. Thông qua thăm khám, tậu xuất nguyên nhân chuẩn xác gây bệnh lý, chuyên gia sẽ thì có trả lời cùng với chỉ định bí quyết xử trí tốt nhất, xử lý triệt để tình trạng này, hạn chế các nguy hại nguy hại ảnh hưởng tới sức khỏe cũng như xác suất có con.

## Cách chẩn đoán

Y bác sỹ Nguyễn Quang Nhật giúp biết, để kết luận chính xác tình hình bệnh cùng với lý do buộc phải khai thác thông tin tiền sử bệnh (bản thân và gia đình), khám thực thể cùng với kiểm tra huyết trong tình huống nghi ngờ thiếu máu.

Thông qua bước thăm khám trước hết, y bác sỹ sẽ chỉ dẫn những kiểm tra cho thêm cân phải có để thì có chỉ định chữa thích hợp cùng với lợi ích tốt

Tiếp đây, đàn bà có thể được chỉ định làm theo một vài xét nghiệm không giống để nâng cao thêm cấp độ chính xác của kết trái phỏng đoán. Các thăm khám ấy là:

Vô cùng âm: sử dụng sóng âm thanh để quan sát hình ảnh trong dạ con, buồng trứng cùng với xương chậu;

Xét nghiệm PAP: sử dụng loại không to tế bào ở bề mặt cổ tử cung để thăm khám tình trạng nhiễm khuẩn, tế bào ung thư hoặc mầm mống của ung thư;

- Sinh thiết nội mạc tử cung: sử dụng dòng mô tại nội mạc dạ con để thăm khám sự hiện diện của ung thư.
- Soi ổ bụng: Rạch một đường nhỏ để xem xét ổ bụng.
- Soi tử cung: sử dụng ống soi thì có gắn camera ghi hình để quan sát tử cung.
- Chụp cản quang tử cung vòi trứng: Đưa chất cản quang vào dạ con cũng như ống dẫn trứng để quan sát dạ con trên kia phim X-quang.

## **Bí quyết chữa trị rong kinh**

Bí quyết chữa sẽ tùy thuộc vào 2 nguyên do chính: lý do cũng như yêu cầu sinh con của chị em.

Thông thường, chuyên gia sẽ chỉ dẫn nữ giới dùng thuốc để cải thiện hiện tượng rong kinh. Có khả năng là thuốc tránh thai, thuốc giảm đau đốn, thuốc chống viêm nhiễm không steroid (NSAID), thuốc cung cấp hormone Progesterone hay thuốc bổ sung sắt để hạn chế thiếu máu. Giả dụ vấn đề chữa bằng thuốc ko mang đến hiệu quả, bác sỹ sẽ chỉ định đáp ứng phẫu thuật.

Những thủ thuật trị có thể là nong nạo tử cung, mổ đốt nội mạc tử cung hay mổ bỏ tử cung (bao gồm có cả tử cung cùng với cổ tử cung)... mặc dù vậy, hạn chế của những phẫu thuật này là có thể gây nên vô sinh, bởi thế chỉ được áp dụng cho trường hợp phái yếu lớn tuổi hoặc mất đi ý muốn sinh con.

Tình hình ở mỗi người bệnh là khác nhau, nguyên nhân gây ra bệnh lý cũng không giống nhau. Do vậy, khi nghi ngờ nhiễm phải, phụ nữ cần đến ngay cơ sở y tế có đơn vị phụ khoa chất lượng để được khám, định vị chuẩn xác nguyên do gây nên bệnh, từ ấy có quy trình trị hợp lý cũng như hiệu quả.