

Chậm kinh (trễ kinh): Nguyên nhân, dấu hiệu, chẩn đoán, phòng ngừa

Chậm kinh là biểu hiện có thai sớm phổ biến nhất, thế song nhiều tình huống con gái gặp phải trễ nguyệt san chẳng hề bởi mang bầu. Có các lý do nào khiến nữ giới gặp phải trễ kinh? hiện tượng này mang dẫn tới nguy hiểm gì không?... Hãy cùng tìm hiểu thắc mắc này với sự giải thích chuyên khoa của BS.CKI Trần Thị Thanh Phương, bác sỹ Trung tâm phụ khoa bệnh lý viện Đa khoa Tâm Anh TP.HCM trong bài viết sau đây.

1 chu kỳ kinh được tính từ ngày trước tiên của kỳ hành kinh cải thiện tới hôm thứ nhất của kỳ "đèn đỏ" tiếp theo. Bình quân một chu kỳ kinh nguyệt cải thiện tầm 28 hôm, tuy nhiên các chu kỳ cải thiện từ 21 đến 35 ngày vẫn coi là bình thường.

Chậm kinh là gì?

Trễ kinh (hay chậm kinh) là tình trạng "đèn đỏ" khác thường tại nữ giới, chỉ hiện tượng đã từng tới kỳ đèn đỏ nhưng mãi chưa phát hiện hình thành "rụng râu". Bình thường, giả dụ quá 35 ngày nhắc từ kỳ "rụng râu" sắp nhất mà bạn nữ vẫn chưa hành kinh nguyệt trở lại coi là trễ kinh. Các trường hợp ko nhòm thấy hành kinh sinh ra trong 3 kỳ kinh liên tiếp mà ko mang bầu được gọi là vô kinh.

Lý do dẫn đến chậm kinh

Bác sỹ Trần Thị Thanh Phương giúp biết, có hai thời điểm làm cho chu kỳ kinh nguyệt tại phụ nữ không đều, như thời điểm mới bắt đầu có kinh nguyệt (tuổi dậy thì) và thời điểm người bước sang độ tuổi mãn kinh. Khi trải qua những mốc biến đổi này, vòng kinh ở phái đẹp có thể trở thành khác thường, bao gồm cả trễ kinh.

"Ở quá trình đầu của tuổi dậy thì, chu kỳ kinh nguyệt không đều là điều thông thường. Nữ giới có thể gặp hiện tượng kinh nguyệt bị rối loạn trong 3 năm vì buồng trứng không thể giải phóng một trứng đều đặn hàng tháng bởi nồng độ hormone chưa ổn định."

Ví như không nằm trong 2 nhóm nói trên, tình trạng chậm kinh có khả năng bắt nguồn từ 14 nguyên do sau:

Một. Có bầu

Mang bầu là nguyên nhân thường gặp nhất của trễ kinh. Trường hợp chị em phụ nữ bị trễ kinh chừng khoảng một tuần dưới thời điểm phát sinh làm chuyện đó không dùng cách bảo vệ, đa dạng xác suất bạn nữ đã từng mang bầu.

[các phòng khám nam khoa uy tín tại hà nội](#)

[phòng khám nào tốt nhất hà nội](#)

[chữa xuất tinh sớm ở đâu tốt nhất](#)

[chữa bệnh yếu sinh lý ở đâu tốt nhất tại Hà Nội](#)

[cắt bao quy đầu giá bao nhiêu](#)

[cắt bao quy đầu ở đâu uy tín](#)

[cắt bao quy đầu](#)

[chữa bệnh trĩ ở hà nội](#)

[chữa bệnh trĩ mất bao nhiêu tiền](#)

[chữa viêm lộ tuyến cổ tử cung ở đâu tốt](#)

[đốt viêm lộ tuyến cổ tử cung bao nhiêu tiền](#)

[cơ sở phá thai an toàn ở hà nội](#)

[chi phí phá thai an toàn](#)

[phá thai an toàn nhất](#)

[chi phí xét nghiệm sùi mào gà](#)

[khám sùi mào gà ở đâu](#)

[phòng khám chữa bệnh xã hội](#)

[khám bệnh giang mai ở đâu tốt](#)

[khám bệnh lậu ở đâu](#)

[địa chỉ chữa hôi nách](#)

Khi này chị em nữ giới có khả năng định vị vấn đề mang bầu bằng bí quyết sử dụng que thử thai ở nhà để xét nghiệm nồng độ hCG trong nước tiểu, hoặc tới nhanh chóng trung tâm y tế để được kiểm tra máu đo nồng độ beta hCG.

Trễ kinh là một trong số những dấu hiệu của có thai kịp thời, chị em nữ giới có khả năng sử dụng que thử thai ở nhà hay tới bệnh viện chuyên khoa xét nghiệm máu để xác định với mang thai hoặc ko

2. Cho con bú

Phái yếu có khả năng có kinh ít, chu kỳ kinh nguyệt bị rối loạn hoặc vô kinh trong suốt thời điểm giúp con bú, nhất là giúp con bú tận gốc bằng sữa mẹ. Do đó rộng rãi đàn bà tưởng rằng vấn đề giúp con bú là một bí quyết tránh thai.

Bác sỹ Thanh Phương nhấn mạnh, Mặc dù khi cho con bú mẹ ít có thể có thai hơn, mặc dù vậy trong đạo này vẫn có thể tiếp diễn quá trình trứng rụng, tức là vẫn có khả năng có bầu ví như diễn ra quan hệ tình dục. Nếu không muốn mang thai lặp lại quá kịp thời, hàng đầu mẹ buộc phải vận dụng ý kiến bác sĩ để được chỉ định dùng phương pháp ngừa thai thích hợp.

3. Lo lắng hoặc lo lắng cải thiện

Những ngày kinh nguyệt được thay đổi vì 1 đội ngũ khó khăn gồm có những cấu tạo não (vùng sau đồi và tuyến yên), buồng trứng, dạ con và tuyến giáp. Tình hình lo lắng có khả năng nguy hại đến vùng sau đồi, từ đấy trở ngại tới giai đoạn điều hòa "đèn đỏ". Cấp độ lo lắng càng tăng dần thì hiện tượng kinh nguyệt không đều càng nặng nề hơn.

Chị em phải hạn chế lo lắng hoặc stress bằng bí quyết phấn đấu giữ lối sống tích cực, vui vẻ, lạc quan. Thời điểm cấp độ lo lắng giảm sút đi, các nhiệm vụ người dân trở lại bình thường, kỳ hành kinh sẽ ổn định theo. Nếu mắc phải lo lắng cải thiện cũng như mất đi "đèn đỏ" từ 3 kỳ kinh (mất kinh 3 tháng) trở đến, con gái nên khám chuyên khoa để tầm lý do cũng như can thiệp kịp thời.

Căng thẳng cùng với sức ép trong công vấn đề cũng có thể khiến bạn nữ gặp phải trễ kinh

4. Giảm cân quá mức

Sụt cân tức thì bởi ăn kiêng hoặc tập thể thao, thể dục quá sức có thể ảnh hưởng đến chu kỳ kinh nguyệt. Thời điểm cơ thể không đủ chất béo cũng như những chất dưỡng chất khác sẽ không thể chế tạo hormone đó là bình thường, gây ra những biến đổi trong kỳ kinh hoặc nguy hiểm nhất làm cho chu kỳ kinh nguyệt ngừng vĩnh viễn. Điều chỉnh chế độ sinh hoạt, giữ gìn cơ thể ở mức cân trọng ổn định sẽ giúp kỳ "rụng râu" ổn định thí dụ đầu tiên.

5. Thừa cân hay béo phì

Giống với trường hợp sụt cân liên, tình trạng thừa cân hay béo phì có thể dẫn đến các thay đổi nội tiết tố trong người, gây nên những khác thường trong kỳ "đèn đỏ".

Bác sỹ Thanh Phương giới thiệu, béo phì có thể khiến cơ thể cung ứng dư thừa số lượng Estrogen, từ đó gây nên những không bình thường trong vòng kinh, đặc biệt có thể khiến ngừng kỳ kinh nguyệt vĩnh viễn. Thời gian xác định nguyên nhân gây chậm kinh bởi thừa cân hoặc béo phì, bác sỹ khuyến khích nữ giới thay đổi lối sống khoa học, chế độ sinh hoạt phù hợp hài hòa tập luyện thể dục thể thao hợp lý, giữ mức cân nặng nề cân đối cho chu kỳ kinh đều đặn trở lại. (3)

6. Luyện tập thể dục thể thao quá sức

Tập luyện thể thao mang cường mức độ dài cũng gây nên áp lực giúp người, gây ra mất cân với nội tiết tố phái đẹp. Đây là lý do thường gặp khiến các di chuyển viên nữ giới đều đặn mắc phải trễ kinh.

7. Hội chứng buồng trứng đa nang (PCOS)

Buồng trứng đa nang làm người sản xuất nội tiết tố đáng mảy râu là Androgen nhiều hơn, dẫn tới sự thay đổi nội tiết tố tại phái đẹp, sinh ra nên những sỏi nang buồng trứng khiến quá trình rụng trứng không diễn ra thường xuyên hay ngừng rụng trứng vĩnh viễn.

Trễ kinh vì buồng trứng đa nang nên được phát hiện cũng như trị kịp thời để tránh những nguy hại không tốt đến tính mạng các chị em, trong đây cần nhắc tới nguy cơ biến mất cân bằng hormone, gia tăng khả năng mắc những bệnh lý nguy hại đó là đái tháo đường, tim mạch, giảm sút xác suất sinh sản...

Hội chứng buồng trứng đa nang tác động đến quá trình rụng trứng làm cho phái yếu bị kinh nguyệt không đều

8. Mắc phải sản phụ khoa

Một số bệnh lý sản phụ khoa đó là phì đại dạ con, nhiễm trùng hở tuyến tử cung, viêm buồng trứng, suy buồng trứng... có thể làm bạn nữ mắc phải trễ kinh. Để phát hiện kịp thời nguyên nhân dẫn đến chậm kinh bởi bệnh sản phụ khoa, bạn gái bắt buộc xem xét và theo dõi các triệu chứng kinh nguyệt cần trọng như số lượng máu kinh đa dạng hay ít, mang vón viêm hoặc không... để phát hiện sớm các không bình thường, khám sớm và chữa trị sớm.

9. Bị những bệnh lý mạn tính

Những bệnh mạn tính đó là đái tháo đường hoặc Celiac cũng có thể biến chứng tới những ngày kinh nguyệt. Rõ ràng, các thay đổi số lượng hồng cầu trong huyết có thể ảnh hưởng đến nội tiết tố, bởi thế vấn đề tự chủ yếu tình hình hồng cầu có thể dẫn tới bất thường trong kỳ hành kinh.

Bệnh lý Celiac dẫn tới các tổn thương ở ruột non, khiến cơ thể không hấp thụ được các chất dưỡng chất quan trọng, dẫn đến chu kỳ kinh nguyệt không đều hoặc trễ kinh. Mặt khác, những bệnh mạn tính không giống có thể gây ra kinh nguyệt không đều là hội chứng Cushing, hội chứng Asherman, nâng cao sản thượng thận bẩm sinh...

10. Dùng mao tránh thai

Thời điểm vừa bắt đầu hay giới hạn dùng 1 phương pháp ngừa thai nội tiết nào đấy cũng có khả năng dẫn đến những rối loạn kinh nguyệt. Chẳng hạn đó là thuốc ngừa thai cất hormone Estrogen và Progesterin có thể ngăn buồng trứng giải tỏa trứng. Tại một số người bệnh bắt buộc tới 3-6 tháng để chu kỳ kinh nguyệt lại thông thường dưới khi giới hạn uống thuốc tránh thai. Hoặc những bí quyết ngừa thai không giống như cấy hay tiêm cũng có khả năng gây ra trễ kinh.

Thuốc tránh thai nội tiết có khả năng dẫn đến công dụng phụ làm chu kỳ kinh nguyệt không đều

11. Sử dụng chất kích thích khả năng tình dục

Uống phổ biến rượu bia, thường xuyên hút thuốc lá... là một trong số nguyên nhân dẫn đến kinh nguyệt không đều. Lý do vì chất nicotine sở hữu trong thuốc lá và khói thuốc tác động không tốt đến bộ phận khu vực chậu, giảm sút chế tạo oxy tới địa điểm này cũng như nguy hại tới lớp nội mạc dạ con. Do vậy, khuyến cáo đàn bà buộc phải thực hiện lối sống lành mạnh, tránh xa những chất kích thích khả năng tình dục để bảo vệ tính mạng mình.

12. Tác động phụ của thuốc

Một số mẫu thuốc chữa bệnh lý ví dụ thuốc ngăn chặn loạn thần, chống trầm cảm, thuốc tuyến giáp, thuốc hóa chữa liệu... có khả năng gây nên những tác dụng phụ làm cho chu kỳ kinh mất phải biến chứng. Bạn nữ bắt buộc trao đổi tức thì sở hữu chuyên gia điều trị về bất cứ tác dụng phụ nào mắc phải để được giải đáp cũng như chỉ dẫn thuốc chữa trị khoa học hơn.

13. Hết kinh kịp thời

Hầu hết phái đẹp luôn bắt đầu giai đoạn tắt kinh ở tuổi khoảng chừng 45-55 tuổi. Trường hợp sinh ra các biểu hiện trong khoảng chừng 40 độ tuổi hay trước ấy coi là mãn kinh sớm, tức là suy buồng trứng kịp thời, có thể trễ vài kỳ kinh cũng như cuối cùng là giới hạn hẳn nguyệt san.

Mặc dù hiện tượng suy buồng trứng sớm có khả năng là hậu quả của vấn đề tiểu phẫu phẫu thuật phá buồng trứng, tuy vậy cũng có đa dạng nguyên do không giống như là mất cân bằng di truyền hay hiện tượng tự miễn dịch. Bởi vậy, giả dụ sau 40 tuổi cùng với đang mất phải trễ kinh, con gái bắt buộc đến ngay phòng khám chuyên khoa để được thăm khám và chia sẻ sở hữu bác sỹ chuyên môn.

14. Các vương mắc ở tuyến giáp

Tuyến giáp đảm nhận trách nhiệm thay đổi sự giải bày chất trong cơ thể, do vậy nếu tuyến giáp vận động quá mức hay hoạt động yếu có thể dẫn đến mất cân với nồng mức độ hormone, dẫn tới tình hình chậm kinh hoặc mất đi kinh. Bình thường các khúc mắc tuyến giáp được can thiệp điều trị nội

khoa, sau chữa những ngày kinh nguyệt sẽ ổn định trở lại.

Triệu chứng bị chậm kinh

Biểu hiện chính của trễ kinh là ko nhòm thấy nguyệt san xuất hiện đúng chu kỳ thí dụ bình thường. Mặt khác, căn cứ theo lên nguyên do dẫn đến trễ kinh mà chị em phụ nữ có thể bắt gặp những biểu hiện khác nhau, có thể là:

Đau đầu;

Đau đón vùng xương chậu

- Mụn trứng cá;
- Rụng tóc;
- Rậm lông, nhất là tại mặt.

Bị trễ kinh có sao không?

Nguyệt san được trường hợp tấm gương phản chiếu tình trạng tính mạng sinh sản của bệnh nhân các chị em, bởi thế nhiều chị em sợ hãi mắc phải chậm kinh với bị sao không. Bác sĩ Thanh Phương chia sẻ, khi phát hiện chu kỳ kinh nguyệt bị rối loạn hoặc chậm kinh và có kết trái chắc chắn mình không mang thai, chị em phụ nữ bắt buộc thăm khám càng sớm càng tốt để tậu nguyên do cùng với chữa sớm, hạn chế những ảnh hưởng nguy hiểm tới sức khỏe cũng như khả năng có con bởi bệnh dẫn tới.

Bạn gái cần quan sát những ngày kinh nguyệt hàng tháng, nhận biết kịp thời trường hợp trễ kinh kéo dài nhưng không có bầu để khám kịp thời cùng với can thiệp sớm

Lúc nào nên tới bắt gặp bác sĩ?

Hiện tượng trễ kinh có khả năng tiếp diễn tại bất cứ phái đẹp nào đã tạo thành "rụng râu". Tuy nhiên, mang những nguyên nhân sẽ khiến nâng cao khả năng hơn, chẳng hạn đó là chế độ ăn uống, bịnh sử gia đình, bịnh lý sản phụ khoa, bịnh lý mạn tính... chủ yếu bởi vậy, nữ giới ở trong những nhóm nguy cơ nói ở trên phải khám sớm, giải bày với y bác sĩ chuyên khoa để được chỉ dẫn phương pháp ngăn chặn và giảm thiểu khả năng mắc phải chậm kinh.

Khi trễ kinh kéo dài bất thường:

Chậm kinh một tháng

Trễ kinh 2 tháng

- Chậm kinh 3 tháng
- Trễ kinh 4 tháng

Phương pháp chẩn đoán chậm hành kinh

Thứ 1, chuyên gia sẽ thăm hỏi những dấu hiệu kinh nguyệt con gái gặp phải, khai thác tiền sử bịnh bản thân cùng với bịnh lý sử gia đình. Sau đó, bác sĩ sẽ làm theo thăm khám phụ khoa nhằm thăm khám những bất thường tại bộ phận sinh sản. Mang chị em nữ giới chưa từng có kinh nguyệt, y bác sĩ sẽ xét nghiệm ngực cũng như cơ quan sinh dục để xem chị em phụ nữ có trải qua những biến đổi bình thường tại độ tuổi dậy thì hoặc ko.

Do các bất thường kinh nguyệt có sự liên quan tới nội tiết tố trong cơ thể, vì vậy y bác sĩ có khả năng yêu cầu con gái thực hiện huyết để giúp các kết quả về vấn đề sở hữu mang thai hay không, thăm khám chức năng buồng trứng, chức năng tuyến giáp, xác định nồng độ nội tiết tố nam giới, prolactin... trong cơ thể.

Tùy lên những triệu chứng cũng như kết quả kiểm tra máu mà y bác sĩ có thể chỉ định bạn gái tham gia một vài kiểm tra không giống để tăng độ chuẩn xác của chẩn đoán như là siêu âm, chụp ổ lớp vi đặc điểm (CT), chụp cộng chi trả từ (MRI)...

Phương pháp điều trị trễ kinh

Việc điều trị tình trạng chậm kinh căn cứ theo tới nguyên nhân được tậ nhóm thấy. Trong một vài trường hợp, bác sĩ có thể hướng dẫn chị em phụ nữ sử dụng thuốc ngừa thai hay phương pháp hormone để khởi động lại vòng kinh. Trường hợp chậm kinh do bệnh tuyến giáp hay tuyến giáp có khả năng trị bằng thuốc. Nếu mang khối sỏi hay hiện tượng tắc nghẽn có thể tiến hành phẫu thuật.

Chú ý rằng, chị em phải vận dụng ý kiến bác sĩ để được chỉ định chữa trễ hành kinh đúng phương pháp. Tuyệt đối ko tự tiện sử dụng thuốc hay bất cứ phương pháp chữa trị dân gian đồn mồm nào vì có thể khiến cho tình trạng kinh nguyệt bị rối loạn càng trầm trọng hơn.

BS.CKI Trần Thị Thanh Phương, chuyên gia Trung tâm sản phụ khoa BVĐK Tâm Anh TP.HCM sở hữu nhiều năm kinh nghiệm chăm sóc tính mạng sản phụ khoa sẵn sàng đồng hành cùng bạn nữ.

Trung tâm sản phụ khoa, đội ngũ bệnh viện Đa khoa Tâm Anh quy tụ hệ thống bác sĩ phụ khoa chuyên nghiệp chuyên khoa, dày dặn kinh nghiệm, mang đội ngũ máy móc tiên tiến, phác đồ thăm khám cũng như chữa trị cá thể hóa cho đã từng trường hợp rõ ràng cho bảo vệ cũng như giúp đỡ toàn diện tính mệnh chị em, cho đàn bà sống vui, sống khỏe và thỏa mãn trong niềm vui thiên chức khiến mẹ.

Cần làm như thế nào để với những ngày kinh nguyệt đều đặn?

Để mang một chu kỳ kinh đều đặn hàng tháng, chị em bắt buộc làm sạch âm hộ sạch sẽ, nhất là trong những ngày đèn đỏ, trước cũng như sau thời gian quan hệ tình dục. Cần dùng dung dịch làm sạch nữ giới có nồng cấp độ pH khoa học. Tuyệt nhiên ko thụt rửa sâu phía bên trong vùng kín do có khả năng làm cho vi khuẩn không khó tấn công cũng như gây ra viêm cô bé.

Mặt khác, chị em phụ nữ buộc phải thiết lập cũng như giữ gìn thói quen sống sinh hoạt tốt cho sức khỏe, chẳng hạn như ăn sử dụng khoa học, bổ sung toàn bộ chất dinh dưỡng, tập thể thao thể theo hợp lý hài hòa ngồi nghỉ, ngủ nghỉ hợp lý. Bắt buộc tránh xa cùng với không dùng các chất kích thích sở hữu hại như rượu bia, cà phê, thuốc lá...

Con gái phải nghiên cứu những phương pháp thoải mái giúp chị em phụ nữ không rơi đến tình hình lo lắng hay căng thẳng kéo dài. Mặt khác, làm theo khám phụ khoa theo chu kỳ bé nhất 6 tháng/lần để phát hiện kịp thời những bệnh lý phụ khoa, can thiệp sớm cùng với hiệu quả, tránh được các biến chứng không tốt đến tính mạng và xác suất sinh sản.

Hy vọng những thông tin trên đây đã từng giúp chị em nữ giới biết được chậm kinh là như nào và biết bí quyết khám để được chữa đúng cách. Trường hợp với bất cứ nỗi niềm hay tâm sự nào, chị em nữ giới có thể gọi điện đến Tư vấn miễn phí đội ngũ bệnh lý viện Đa khoa Tâm Anh để được các chuyên gia phụ khoa chuyên nghiệp giúp đỡ đầy đáp!