

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

Theo thạc sĩ chuyên gia Ngô Thị Bình Lụa, Trung tâm sản phụ khoa, trước kia lứa tuổi bắt đầu tiên dậy thì của bé gái khoảng tầm khoảng 13-15 tuổi. Trên thực tế, cấp độ tuổi dậy thì ở trẻ gái bắt đầu tiên sớm hơn - thường vào tầm 9-13 độ tuổi. Trong thời kỳ dậy thì, bé gái sẽ có quá trình thay thế đoạn về chiều cao, cân nặng, ngực nhú, có sự thấy lông mu. Quá trình thay đổi lớn nhất có thể khiến bé gái lo lắng, lo lắng chính là chu kỳ kinh nguyệt trước hết.

Chu kỳ kinh nguyệt ban đầu tới sớm hay muộn còn mối liên quan nhân tố di Nhiễm, nguy hiểm môi trường sống, chế độ dinh dưỡng. Trên thực tế, liệu có nghiên cứu bé gái sống tại thành thị thường nguyệt san sớm hơn so với bé gái vùng nông thôn, căn nguyên bởi vì trẻ được chia sẻ đủ về đồ ăn, tiếp nhận nhiều kiến thức trong đời sống tiên tiến, có khả năng mối quan hệ tới sự nâng cao giai đoạn béo phì ở trẻ nhỏ. Từ đó tổng tuổi "rụng râu" bé gái hôm càng sớm.

Khoảng thời gian qua thì có nhiều cha mẹ đưa con gái tới BVĐK Tâm Anh TP HCM thăm khám tính mệnh tuổi dậy thì. Các trẻ bắt gặp thắc mắc dậy thì sớm, những trẻ dậy thì muộn cùng với không ít trẻ thấy thất thường trong độ tuổi dậy thì như tình hình cường kinh, rong kinh, kinh thưa... một số bé gái sẽ liệu có dấu hiệu nhận biết "tiền hành kinh nguyệt", đau đớn căng bụng dưới, mệt mỏi hơn bình thường, người nhận diện tích trữ nước; một số bé biến đổi tâm sinh lý, thay đổi Lo âu, biến đổi tuổi dậy thì, cảm nhận bất ổn, lo lắng.

Theo bác sĩ Bình Lụa, cha mẹ mang bầu gái trong lứa tuổi 10-13 độ tuổi cần chuẩn bị tâm sinh lý, hiểu biết chẩn đoán bé gái trong tuổi mới lớn, Nhằm các em sẵn sàng tiếp nhận quá trình rối loạn Trên đây cơ thể. Tuyệt nhiên, sự biến đổi lớn nhất là chu kỳ kinh nguyệt trước tiên. Lúc bé gái bước đăng nhập độ tuổi lên 10, mẹ nên giải thích phỏng đoán bé gái "rụng râu" là giai đoạn sinh lý thông thường, là dấu hiệu sắp dậy thì của bạn nữ, không phải là căn bệnh "chảy máu" gây ra nguy hiểm như nhiều trẻ em nhầm. Lúc xuất hiện vòng kinh đầu tiên đời, nồng độ estrogen Tăng làm cho niêm mạc tử cung cũng bị dày lên Nhằm giúp vấn đề thụ thai cùng với

có thai. Trứng chớ nên thụ tinh dẫn đến sự sụp đổ nội đào thải, khiến cho lớp nội mạc tử cung công dụng bong tróc dẫn đến quá trình xuất huyết cũng như thoát ra thuyên giảm dạ con, theo đường âm hộ ra ngoài - đó chủ yếu là "đèn đỏ".

## **Xem xét các dấu hiệu nhận biết không bình thường về nguyệt san tuổi dậy thì**

Chuyên gia Bình Lụa cho rằng, với một số bé gái đón những ngày kinh nguyệt đầu tiên, cha mẹ cần đồng hành để ý bởi tính chất tuổi mới lớn con có rất nhiều bất ổn. Các con mất cân bằng về mặt tâm sinh lý, nhận thức, có khả năng "khủng hoảng" trong thời kỳ bắt đầu thấy chu kỳ kinh nguyệt.

Một bé gái mới liệu có chu kỳ kinh nguyệt trước tiên có thể thấy trạng thái kinh nguyệt không đều lâu ngày trong vòng 1-2 năm vì hệ nội đào thải chưa ổn định, gây nên một số kinh nguyệt không đều cấp tính. Vì vậy, bé gái có thể gặp độ cường kinh, rong kinh, rong huyết, hoặc kinh Thưa.

Hôm hành kinh trước hết, kinh nguyệt có khả năng ít, nhưng mà bé khó chịu đau bụng, hôm thứ 2- 3 máu kinh sẽ nhiều hơn, đến ngày 4-5 giảm. Vòng kinh thường hay lâu ngày 3-5 ngày, 1 tỷ lệ có thể đạt tối đa 1 tuần.

Trong mỗi chu kỳ, số lượng máu nguyệt san mất đi tầm 50 ml. Nếu như số lượng máu quá độ vượt Vừa rồi 200 ml, trẻ cần phải liên tiếp thay băng làm sạch, người mệt mỏi... là triệu chứng của cường kinh, phụ huynh cần đưa bé Đi đến bệnh viện xét nghiệm. Bởi vì tại tuổi mới lớn, Nếu mà trẻ thì có số lượng máu kinh nguyệt không ít có thể sự liên quan bệnh lý rối loạn đông máu, căn bệnh huyết học mà có nguy cơ trước kia không có dấu hiệu. Xuất huyết rất nhiều trong lần mới đầu nguyệt san, hay ở các kỳ "rụng râu" tiếp theo Thường xuyên có thể là biểu hiện kịp thời của chứng bệnh huyết học.

Theo bác sĩ Bình Lụa, đối với những bé chưa có bạn nam thân cận như mẹ ruột, chị gái hay một số bé thiên Cách sống nội tâm, ngại chia sẻ thì chúng ta cần phải khuyến cáo bé viết nhật ký "đèn đỏ". Từ đó lưu ý bé nhận biết các thất thường trong những ngày kinh nguyệt, thông báo phỏng đoán người lớn Nhằm đưa bé Đến thăm khám. Thông tin quan trọng như thời điểm thì có nguyệt san, số hôm kinh nguyệt, lượng băng vệ có con phải dùng mỗi ngày bao nhiêu chiếc, kinh nguyệt của con máu đỏ tươi hoặc máu cục. Ngoài ra, một số biểu hiện hành kinh lần đầu con gặp phải

như đau bụng, căng ngực, hay mệt mỏi khó chịu ở đâu tốt nhất phụ huynh cần khuyến khích bé nhắc lại.

## **Chọn sản phẩm vệ sinh phù hợp trong ngày "rụng râu"**

Lần "đèn đỏ" trước tiên sẽ bất ngờ và chớ nên báo trước, Vì thế cha mẹ có con gái trong tuổi dậy thì cần phải quan sát, dạy con các triệu chứng tiền nguyệt san có nguy cơ gặp như: đau đớn bụng tiền hành kinh, nam giới mỗi mệt, cáu gắt, có thể rối loạn về da như nổi mụn, mất ngủ, tích nước, thèm ăn quần áo chua hoặc ngọt.

Trong chu kỳ kinh, bé gái cần dùng các vật liệu Nhằm thấm hút máu nguyệt san chảy ra đường "cô bé". Bởi vì thế, trước lúc "rụng râu", cha mẹ cần thiết chuẩn bị sẵn dụng cụ rửa ráy, chỉ định bé gái giải pháp lấy.

Với một số bé gái chưa có "yêu" tình dục thì khả năng nhiễm trùng âm đạo trong chu kỳ hành kinh cũng thấp. Cha mẹ tránh coi thường vấn đề dạy trẻ đảm bảo vệ sinh, tuyệt đối tăng cường vệ sinh trong những hôm "đèn đỏ". Một số hôm "rụng râu" môi trường "cô bé" kín, ẩm ướt, sẽ khiến Nặng cao khả năng viêm nhiễm.

Bác sĩ chuyên khoa Bình Lụa chú ý, phụ huynh cần chỉ dẫn bé nên duy trì lối sinh hoạt thay băng vệ sinh sau 4-6 giờ lấy hoặc thay bất kỳ lúc nào thấy băng thấm thấu quá mức hay có cảm giác khó chịu, ướt át. Phụ huynh cũng nên trả lời cho con hiểu máu trong cơ thể Đi ra ngoài có thể mắc nhiễm khuẩn, bởi vậy nên Nếu không thay băng thường xuyên sẽ mắc một số vi khuẩn đó thâm nhập lại truy cập cơ thể.

Cha mẹ cần trả lời chẩn đoán con chọn lựa dùng băng rửa ráy hợp lý, hạn chế lem bẩn lên quần, váy áo, ái ân, Mặt khác trả lời Rõ ràng chẩn đoán bé gái các sản phẩm rửa ráy như tăm bông, cốc "đèn đỏ" được lấy ở một số bé gái nước bên ngoài. Đây là những sản phẩm dành chẩn đoán nhóm bé gái thì có giao hợp 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>

Chuyên gia Bình Lụa báo hiệu, nói Khoảng lúc con liệu có vòng kinh đầu tiên, đánh dấu bộ máy sinh con sẵn sàng hoạt động, Nếu liệu có nảy sinh "yêu" tình dục thì sẽ có khả năng mang bầu. Nhưng đối với bé gái tuổi dậy thì, cơ thể chưa tiến triển hoàn chỉnh cả về thể hoạt chất và Tinh thần, là thời kỳ con cần tập trung học luyện tập, phát triển cũng như trở thành nhân phương pháp, vấn đề phát sinh "làm chuyện ấy" đàn ông phụ nữ quá sớm sẽ gây ra không ít hối tiếc và tai biến không dễ lường cho biết bé gái.

Vì thế, tại cột mốc cực kỳ cần thiết này cha mẹ cần để ý con sát sao, đi kèm con như người chỉ dẫn, làm cho bạn Cùng với con, dạy con một số bài học về chăm sóc bản thân, bảo vệ – tự vệ cho bản thân hạn chế chạm gần đối với nam, tuyệt nhiên không Để nam giới khác biệt sờ truy cập khu vực kín, không Nhằm nảy sinh giao hợp tình dục phái mạnh – nữ.

## **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)**