

علت قاعدگی نامنظم در دختران نوجوان چیست؟

علت قاعدگی نامنظم بودن در دختران نوجوان در اغلب موارد به عنوان بخشی از تغییرات بدن در این دوران امری طبیعی بوده و با افزایش سن برطرف می شود.

قاعدگی یک نقطه عطف در زندگی و رشد جسمی دختران نوجوان محسوب می شود. سن شروع قاعدگی به طور میانگین بین ۱۲ تا ۱۳ سال است. اما با این حال عوامل محیطی مختلف از جمله شرایط اقتصادی، تغذیه و دسترسی به مراقبت های بهداشتی و پیشگیرانه، می توانند بر سن بلوغ تأثیر بگذارند. پریودهای نامنظم در دختران نوجوانی که به تازگی به سن بلوغ رسیده اند در اغلب موارد طبیعی بوده و معمولاً پس از گذشت چند سال به تدریج منظم می شود.

به طور کلی والدین باید در مورد انتظارات اولین قاعدگی و مدت زمان طبیعی چرخه قاعدگی به دختران نوجوان خود آموزش دهند. شناسایی الگوهای غیر عادی [قاعدگی در دوران بلوغ](#) به نوجوانان کمک می کند که در صورت وجود هر گونه مشکل در چرخه قاعدگی بتوانند هرچه سریع تر آن را شناسایی کرده و برای درمان آن با پزشک مشورت کنند.

دوره های نامنظم قاعدگی چیست؟

چرخه قاعدگی اگر طولانی تر یا کوتاهتر از حد متوسط باشد، نامنظم تلقی می شود. چرخه قاعدگی دختران نوجوان ممکن است به دلیل تأثیرات هورمونی کمی نامنظم باشد. قاعدگی در دوران بلوغ به ویژه از چرخه اول تا چرخه دوم اغلب نامنظم است. اغلب دخترها در اولین قاعدگی خود به مدت ۲ تا ۷ روز خونریزی می کنند.

عدم بلوغ محور هیپوتالاموس - هیپوفیز - تخمدان در طی سالهای اولیه قاعدگی اغلب منجر به عدم تخمک گذاری شده و در نتیجه چرخه ها ممکن است تا حدی طولانی باشند. با این حال، ۹۰٪ از چرخه ها در محدوده ۲۱-۴۵ روز خواهد بود. اگرچه چرخه های کوتاه مدت کمتر از ۲۰ روز و چرخه های طولانی بیشتر از ۴۵ روز نیز ممکن است رخ دهد. تا سال سوم پس از قاعدگی طول چرخه ها مانند بزرگسالان به تدریج منظم می شود.

پریوذهای نامنظم با **آمنوره** (فقدان قاعدگی) متفاوت است. با این حال، عوامل موثر در پریوذهای نامنظم می توانند در بروز آمنوره هم نقش داشته باشند. آمنوره در دختران نوجوان دو نوع است:

- اولیه، زمانی که یک دختر در سن ۱۵ سالگی هنوز **اولین قاعدگی** خود را تجربه نکرده است.
- ثانویه، زمانی که یک دختر پس از شروع قاعدگی، بیش از سه ماه دچار فقدان قاعدگی شود. این وضعیت ممکن است ناشی از عوامل جسمی یا عاطفی باشد.

علل نامنظم بودن قاعدگی در نوجوانان

نامنظم بودن عادت ماهیانه در دختران نوجوان در اغلب موارد به عنوان بخشی از تغییرات بدن در این دوران امری طبیعی بوده و با افزایش سن برطرف می شود.

علل نامنظم بودن قاعدگی در دختران نوجوان، عبارت است از:



- استرس
- اختلالات اشتها
- ورزش های سنگین
- ترشح زیاد آندروژن
- استفاده از مواد مخدر
- مصرف برخی داروها
- مصرف زیاد کربوهیدرات
- کاهش وزن یا افزایش وزن شدید
- کاهش میزان کالری و سوء تغذیه
- بالا یا پایین بودن سطح هورمون تیروئید

خونریزی شدید قاعدگی و خونریزی غیرطبیعی رحم در **دختران نوجوان**

ممکن است به دلیل شرایطی مانند اختلالات انعقاد خون، مشکلات تخمدان و یا تغییرات هورمونی رخ دهد.