પ્રકરણ - ૨૧ યોનિમાર્ગે લોહી પડવું.

વિષયસૂચિ :

૧.૦ માસિકની સમસ્યાઓ

૧.૧ ખૂબ લોહી જવું

૧.૨ ઓછું માસિક આવે

૧.૩ વારંવાર માસિક આવવું

૧.૪ બે માસિક વચ્ચે લાંબો ગાળો

૨.૦ લોહી પડવાની બીજી સમસ્યાઓ

૨.૧ સગર્ભાવસ્થામાં લોહી પડવું.

૨.૨ ગર્ભપાત કે કસુવાવડ પછી લોહી પડવું.

૨.૩ શરીર સંબંધ પછી લોહી પડવું.

૨.૪ રજોનિવૃત્તિ પછી લોહી પડવું.

૩.૦ પરિવર્તન માટે પ્રયાસ

આ પ્રકરણમાં તમારી સમસ્યા ઉપર જણાવી છે તે મુજબ વિભાગ નંબરથી શોધો. જો તમારી સમસ્યા અહીં જણાવેલ માહિતીમાં બંધબેસતી ના હોય તો સ્ત્રી રોગના તબીબનો સંપર્ક કરો.

સ્ત્રીઓને કેટલીકવાર સામાન્ય કરતાં જુદું માસિક આવતું હોય છે. ખાસ કરીને માંદગી, માનસિક તાણ, ધાવણ આપતી સ્ત્રીઓને, લાંબી મુસાફરી અથવા પોષણસ્તરમાં ફેરફાર વગેરે સંજોગોથી માસિક વખતે પડતું લોહી થોડી થોડી જુદી રીતે આવતું હોય એમ લાગે છે. પણ જો ફેરફાર એકદમ જ દેખાય, મહિનાઓ સુધી ચાલુ જ રહે કે તેની સાથે બીજી સમસ્યાઓ પણ થાય, તો એ ગંભીર નિશાની છે.

ભયજનક ચિહ્નો :

નીચે દર્શાવેલામાંથી કોઇ પણ ચિહ્ન હોય તો તાત્કાલિક તબીબી સારવાર લેવી.

- નિયમિત સમયે માસિક નથી આવ્યું અને હવે ખૂબ દુ:ખાવા સાથે લોહી પડે છે.
- સગર્ભાવસ્થાના છેલ્લા ૩ મહિનાઓ દરમ્યાન લોહી પડે છે.
- બાળજન્મ, કસુવાવડ કે ગર્ભપાત પછી સખત લોહી પડવું.

૧.૦ માસિકની સમસ્યાઓ

અચાનક માસિકમાં ફેરફાર (માસિક બંધ થાય) થાય તો તે સગર્ભાવસ્થા હોઇ શકે છે. ગર્ભનિરોધ વાપરતા હોવા છતાં મહિના રહી ગયા હશે એમ માનવું.

૧.૧ ખૂબ લોહી જવું, ઘણું વધારે માસિક આવે (લોહી પડે) કે માસિક વધુ દિવસો સુધી રહે.

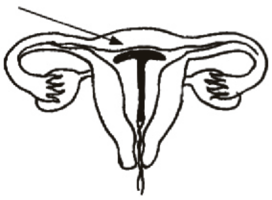
- એક કલાકથી પણ ઓછા સમયમાં માસિક પેડ બદલવું પડે (અથવા માસિકનું લૂગડું દિવસમાં ત્રણ-ચાર વાર આખું ભીંજાય અને બદલવું પડે) તો તેને ઘણું વધારે લોહી પડે છે એમ કહેવાય.
- જો માસિક ૮ દિવસથી વધુ ચાલે તો તેને લાંબો સમય માસિક આવ્યું એમ કહેવાય.
- પોચા, ગાઢા લાલ ચમકતા ગઠ્ઠા જેવું લોહી પડે તો તેને વધુ લોહી પડ્યું કહેવાય.
- વધારે લોહી પડવાની ફરિયાદ જો લાંબો સમય (મહિનાઓ સુધી) ચાલુ રહે તો પાંડુરોગ (શરીરમાં લોહીની કમી પેદા થાય) થઇ જાય.
- છોકરીની ઉંમર નાની હોય - ૧૦ વર્ષથી ઓછી હોય અને જો માસિક શરૂ થાય તો સ્ત્રી રોગ નિષ્ણાત પાસે બતાવવું.
- મોટી ઉંમરે સ્ત્રીઓને રજો નિવૃત્તિ બાદ ૧ વર્ષ કે તેથી વધુ સમય બાદ ફરીથી યોનિમાર્ગે લોહી પડવા માંડે તો તે ગંભીર સમસ્યા છે. સ્ત્રી રોગ નિષ્ણાતનો જ મત જરૂર લેવો.

વધુ માસિકની ફરિયાદ માટે આરોગ્ય કેન્દ્રમાં જાઓ. શક્ય હોય તો સ્ત્રીરોગ નિષ્ણાતને બતાવો. નીચેના સંજોગોમાં જરૂર સ્ત્રીરોગ નિષ્ણાતની સગવડવાળી હોસ્પિટલમાં જાવ.

- ✵ યોનિ વાટે લોહી વહ્યા જ કરતું હોય
- ✵ છેલ્લા ૩ માસથી માસિકમાં વધુ લોહી પડે છે.
- ✵ સગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન લોહી પડે
- ✵ લોહી પડવા સાથે સખત દુઃખાવો થાય.

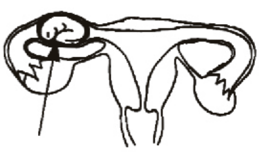
વધુ માસિકના કારણો :

- ✵ શરીરમાં ઝરતા અંતઃસ્ત્રાવોનું સમતુલન ખોરવાઇ જવાથી બીજાશયમાંથી બીજ છૂટું પડતું નથી. આવું ૨૦ વર્ષથી ઓછી ઉંમરની છોકરીઓને અને ૪૦ વર્ષથી મોટી બેનોને થાય છે.
- ✵ ગર્ભાશયમાં મૂકાવેલ કોપર ટીને લીધે માસિક વધુ આવે છે.

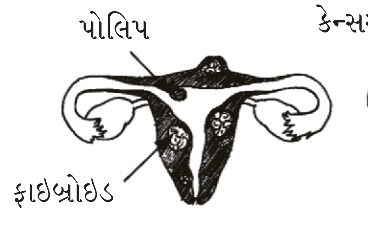


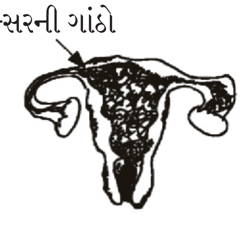
- ✵ તમે સગર્ભા છો એવું તમને ના લાગતું હોય છતાં કસુવાવડ થઇ જાય.

- ✵ પેઢુમાં દુઃખાવો અને થોડું ઘણું લોહી પડે તો ગર્ભાશયની બહાર ટ્યુબમાં ગર્ભ રહ્યો હોઇ શકે. તરત જ હોસ્પિટલ જાઓ.



- ✵ થાઇરોઇડની સમસ્યાને કારણે પણ વધુ માસિક આવે છે.
- ✵ ગર્ભાશયની આંતરત્વચાનો સોજો
- ✵ ગર્ભાશયમાં ગાંઠ (Fibroid) કે (Polyp) મસા થયા હોય અથવા કેન્સર થયું હોય તો પણ માસિક વધુ આવે.





૧.૨ ઓછું માસિક આવે :

નિયમિત દર માસે ઓછું જ લોહી પડે તો તે બિમારી નથી.

કારણો :

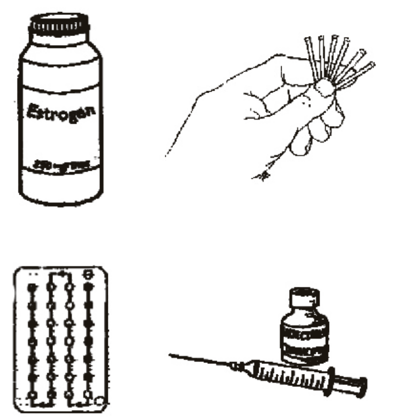
- ✵ કેટલીક ગર્ભનિરોધક પધ્ધતિ દા.ત. ગોળી, ઇંજેક્શન કે ઇમ્પ્લાન્ટ વાપરતા હોય.
- ✵ બીજાશયમાંથી બીજ છુટું પડતું નથી.

૧.૩ વારંવાર માસિક આવવું :

જો દર ૩ અઠવાડિયાથી ઓછા સમયે માસિક આવી જતું હોય તો તે બરાબર નથી. નિયમિત ચક્રને બદલે ગમે ત્યારે લોહી પડવા માંડે તો તે પણ બરાબર નથી.

કારણો :

* બીજાશયમાંથી બીજ છુટું પડતું નથી.
* અનિયમિત માસિક હોય તો ગર્ભાશયમાં ગાંઠ, મસા કે કેન્સર હોઇ શકે છે તેની તપાસ કરાવો.
* રજો નિવૃત્તિ (માસિક કાયમ માટે બંધ થવું) પછી ઇસ્ટ્રોજનવાળી દવા લેતા હોય.
* ગર્ભનિરોધક ગોળી, ઇંજેકશન કે ઇમ્પ્લાન્ટને કારણે પણ આવું થાય છે.



કુટુંબ નિયોજનની હોરમોનવાળી પદ્ધતિઓથી માસિકની નિયમિતતામાં ફેરફાર આવે છે.

૧.૪ બે માસિક વચ્ચે ઘણો લાંબો ગાળો પડે કે માસિક બંધ થઇ જાય :

સામાન્ય રીતે માસિક ૨૧ થી ૩૫ દિવસના ગાળામાં આવે છે. કોઇક સ્ત્રીને નિયમિત રીતે વધુ ગાળો રહેતો હોય તો પણ તે બરાબર છે. પરંતુ જો તે તદ્દન બંધ થઇ જાય તો સગર્ભાવસ્થા હોઇ શકે.

કારણો :

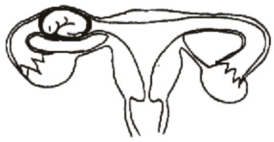
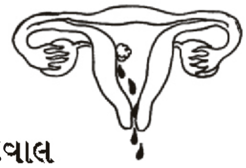
* તમે સગર્ભા છો.
* સગર્ભા છો અને હવે કસુવાવડ થઇ રહી છે.
* બીજાશયમાંથી બીજ છુટું પડ્યું નથી.
* તમને ટીબી, એઇડ્ઝ જેવી કોઇ ગંભીર બિમારી હોય.
* જો તમે ૪૦-૪૫ વર્ષથી મોટાં હોય તો હવે માસિક કાયમ માટે બંધ થશે.
* ઇંજેકશન કે ઇમ્પ્લાન્ટ જેવી ગર્ભનિરોધક પધ્ધતિઓથી માસિકનો ગાળો વધુ રહે છે.

જો તમે ૧૮ વર્ષથી મોટાં હો અને હજી સુધી માસિક આવ્યું જ નથી તો ડૉક્ટરને જરૂર મળો.

જ્યારે સ્ત્રીની ઉંમર વધે છે ત્યારે માસિક ચક્રમાં ફેરફાર આવે છે.

૨.૦ લોહી પડવાના બીજા કારણો

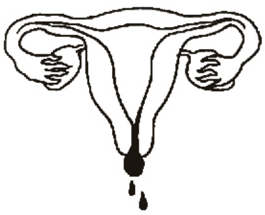
૨.૧ સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન કે બાળકના જન્મ પછી લોહી પડે છે.

સમસ્યા	કારણ	શું કરશો ?
સગર્ભાવસ્થાના પ્રથમ ૩ માસમાં લોહી પડે છે. સાથે સતત દુઃખાવો રહે કે દુઃખે અને મટે, વળી દુઃખે વળી મટે છે.	બીજનળીમાં ગર્ભ રહ્યો છે. 	તાત્કાલિક દવાખાને જાઓ.
સગર્ભાવસ્થાના છેલ્લા ૩ માસ દરમિયાન લોહી પડે છે.	ગર્ભસ્થ શિશુને પોષણ પહોંચાડતી મેલી (Placenta) ગર્ભાશયમાંથી બહાર આવી રહી છે. ગર્ભદ્વાર ઉપર મેલી આવી ગઇ છે.	તાત્કાલિક દવાખાને જાઓ.
બાળકના જન્મ વખતે કે જન્મ પછી ખૂબ વધારે લોહી વહે છે.	મેલીના ટૂકડા ગર્ભાશયમાં રહી ગયા છે. ગર્ભાશયના સ્નાયુ મૂળ સ્થિતિમાં પાછા આવી શકતા નથી.	તાત્કાલિક દવાખાને જાઓ.
સામાન્ય માસિક કરતાં ઓછું લોહી પડે છે કે ખાલી ટીપા જ પડે છે. (Spotting)	ગર્ભાશયમાં ગર્ભ સ્થિર થવા માટે ગર્ભાશયની દિવાલ પર ચોંટી રહ્યો છે.  આ સામાન્ય છે. ચિંતાનું કારણ નથી.	''સગર્ભાવસ્થા અને પ્રસૂતિ'' પ્રકરણ જુઓ.

યોનિમાર્ગે લોહી પડવું.

સમસ્યા	કારણ	શું કરશો ?
સગર્ભાવસ્થાના પ્રથમ છ માસ દરમિયાન લોહી પડે છે.	કદાચ કસુવાવડ થઇ રહી છે. (ખાસ કરીને સાથે જો તમને સુવાવડનું દરદ હોય તેવો દુઃખાવો પણ થતો હોય તો)	ધ્યાન રાખો. જો લોહી વધારે પડતું પડે તો હોસ્પિટલમાં જાઓ. શક્ય તેટલો આરામ કરો.
હલકા ગુલાબી રંગનું પ્રવાહી સગર્ભાવસ્થાના પ્રથમ ત્રણ માસ દરમિયાન પડે અને સાથે કોઇ દુઃખાવો ના થતો હોય.	આ સામાન્ય પણ હોઇ શકે છે અથવા કસુવાવડ થવાની તૈયારી છે. એમ સૂચિત કરે છે.	ધ્યાન રાખો. જો લોહી વધારે પડતું પડે તો હોસ્પિટલમાં જાઓ. શક્ય તેટલો આરામ કરો.
યાદ રાખો : સગર્ભાવસ્થાના કોઇ પણ સમયમાં જો લોહી પડે તો તે એક ગંભીર લક્ષણ છે. તેની બરાબર કાળજી/સારવાર લેવાવી જોઇએ.		

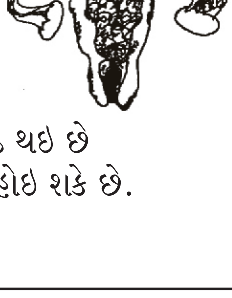
૨.૨ ગર્ભપાત કે કસુવાવડ પછી લોહી પડે છે.

સમસ્યા	કારણ	શું કરશો ?
વધારે લોહી પડે કે ૧૫ દિવસથી લાંબું ચાલે અથવા દુઃખાવા અને તાવ સાથે લોહી પડે છે.	મેલીના ટૂકડા હજી ગર્ભાશયમાં રહી ગયા છે.	દવાખાને-સ્ત્રી રોગ નિષ્ણાતને ત્યાં જાઓ.
સામાન્ય માસિકની જેમ લોહી પડે છે. ૫-૧૫ દિવસ સુધીમાં ઓછુંને ઓછું થતું જાય છે.	આ સામાન્ય છે. ચિંતા કરવી નહિ 	ગર્ભપાત અને કસુવાવડ પ્રકરણ જુઓ.

૨.૩ શરીર સંબંધ (સમાગમ) પછી લોહી પડે છે.

સમસ્યા	કારણ	શું કરશો ?
જાતીય સંબંધ પછી લોહી પડે છે.	પોલીપ (ગર્ભાશયમાં કે ગર્ભદ્વાર પાસે પ્રવાહી ભરેલી પોચી પોટલી જેવું થયેલ છે.)	દવાખાને-સ્ત્રી રોગ નિષ્ણાતને પાસે જાઓ. (કેન્સર અને ગાંઠો પ્રકરણ જુઓ)
	જાતીય રોગ (STD - જાતીય સંબંધ દ્વારા ફેલાતો રોગ થયો છે.)	ગોનોરિયા કે કલેમાઇડીયા વિશે વાંચો ''પ્રજનન અંગોના ચેપ'' પ્રકરણ વાંચો.
	પેઢુમાં સોજો છે. (PID)	''પ્રજનન અંગોના ચેપ'' પ્રકરણ વાંચો.
	જબરદસ્તીથી સંબંધ કરવામાં આવ્યો છે.	''બળાત્કાર અને જાતીય હિંસા'' પ્રકરણ જુઓ.
	ગર્ભદ્વારનું કેન્સર કે ગર્ભાશયમાં ગાંઠો છે.	કેન્સર અને ગાંઠો પ્રકરણ જુઓ સ્ત્રીરોગ નિષ્ણાતની મદદ મેળવો.

૨.૪ રજો નિવૃત્તિ પછી લોહી પડે છે.

સમસ્યા	કારણ	શું કરશો ?
રજો નિવૃત્તિ પછી કોઇપણ પ્રકારનું લોહી પડવું ભયજનક લક્ષણ છે. (ઓછું હોય કે ખાલી ટીપારૂપે જ લોહી પડતું હોય તો પણ ગંભીર છે.)	ગર્ભાશયની અંદર કેન્સર અથવા ગાંઠો હોઇ શકે છે.  ગર્ભદ્વાર પર ગાંઠ થઇ છે જે કેન્સર પણ હોઇ શકે છે.	આરોગ્ય કેન્દ્રમાં જાઓ યોનિ પરિક્ષા કરાવો અને સ્ત્રીરોગ નિષ્ણાતની સલાહ લો. તમારે પેપ ટેસ્ટ કરાવવો જોઇએ કે કોથળી સાફ કરાવવી પડે. સ્ત્રીરોગ નિષ્ણાત પાસે જાઓ.

૩.૦ પરિવર્તન માટે પ્રયાસ :

- ❖ મોટા ભાગે સ્ત્રીઓ પોતાના માસિક વિશે જાણતી હોવા છતાં વધારે કે ઓછું લોહી પડે તે માટે ફરિયાદ કરતાં અચકાય છે. દર મહિને ''હવે આવતા મહિને જરૂર બરાબર થઇ જશે'' એવા આશાવાદને કારણે અસામાન્ય ફેરફાર અંગે કહેતાં પહેલા જ ઘણો સમય નીકળી ગયો હોય છે. જયારે તેઓ તબીબોને ફરિયાદ કરે છે ત્યારે ડૉક્ટરની પાસે રોગની ગંભીરતા જાણવા માટે બેજ માપદંડ છે. પાંડુરોગનું પ્રમાણ, કેટલા સમયથી આવું થાય છે તે. જો તમે આરોગ્ય કાર્યકર હો તો તમારે સ્ત્રીઓને આ અંગે જાગ્રત કરવી જોઇએ અને પ્રથમ કે બીજા મહિને વધારે પડતું લોહી પડે (એક દિવસમાં બેથી વધુ વાર કાપડ બદલવું પડે) તો બનતી ત્વરાએ સારવાર આપવી જોઇએ. તમે આરોગ્ય કાર્યકર પાસેથી લોહતત્ત્વની ગોળીઓ તો મેળવી જ લો અને તે ચાલુ કરી દઇ શકો છો.
- ❖ આ તકલીફ માટે ડૉક્ટરને ગંભીરતાપૂર્વક ફરિયાદ કરો અને સારવાર મેળવવાની કોશિશ કરો. બને ત્યાં સુધી સીધું લોહી ચડાવવાનું કહે તો તે ટાળી દો. આ રોગ માટે પ્રકરણમાં આપ્યા મુજબ તબક્કાવાર સારવાર લેવાની કોશિશ કરો.
- ❖ લોહી પડવું એક લક્ષણ છે માટે તે કયા રોગને કારણે થાય છે તે તપાસવું જરૂરી છે. તેને માટે સ્ત્રીઓને પેપટેસ્ટ નિયમિત કરાવી શકાય તેની વ્યવસ્થા ગોઠવી કાઢો.
- ❖ સમયાંતરે પેપટેસ્ટની સગવડ માટે સામૂદાયિક સ્તરે કેમ્પ ગોઠવી બેનોને આ સુવિધા મળી રહે તે માટે પ્રયત્ન કરો. તમારી અથવા અન્ય સંસ્થાનો સહયોગ લેવો જરૂરી છે. કેન્સર સોસાયટી કે અમદાવાદની કેન્સર હોસ્પિટલના સહયોગથી પેપટેસ્ટ માટેના કેમ્પ ગોઠવી શકાય છે.