

	Painful Periods (Dysmenorrhea) Болезненные менструации (Дисменорея)
<p>Это нормально, если менструация болезненная?</p> <p>Большинство девушек испытывают боль во время менструации. Боль может быть до начала менструации или с началом менструации. Такая боль известна как боль при менструации. Врачи называют это дисменореей. Такие боли встречаются достаточно часто и считаются вариантом нормы.</p>	<p>Когда следует принимать лекарства от боли?</p> <p>Важно принимать НПВС лекарства ДО начала сильных болей. Как только начинаются спазмы, простагландины начинают накапливаться, а затем лекарство может не сработать. Вы можете принимать это лекарство регулярно в течение всего времени болей, а не только один или два раза. Вы даже можете принять лекарство просто до начала менструации и боли. Вам необходимо поговорить со своим врачом, чтобы убедиться, что вы принимаете правильную дозу лекарства. Вы должны всегда принимать НПВП с едой, так как они могут раздражать ваш желудок.</p>
<p>Почему у меня спастические боли ?</p> <p>Спастические боли во время менструации вызваны сокращениями мышц матки. Ткани матки вырабатывают простагландины, которые заставляют матку сокращаться. Лекарства под общим названием НПВС блокируют эффект простагландинов, и уменьшают менструальные спазмы. Ибупрофен и другие НПВС являются очень эффективным в прекращении менструальных спазмов.</p>	<p>Что будет делать мой врач, если мои менструации очень болезненные?</p> <p>Сначала ваш врач захочет узнать побольше о вашем цикле: как часто они наступают, когда начинается боль и насколько сильно у тебя болит. Затем он захочет знать о том, какие лекарства вы пробовали и когда вы принимаете эти лекарства. Врач может предложить изменить способ, которым вы используете лекарства, чтобы сделать их более эффективными.</p>
<p>Что я могу сделать, если у меня болезненные менструации?</p> <p>Если у вас боли при менструации, вы можете использовать безрецептурные препараты для лечения боли. НПВП лучше всего действуют при болях. Вы должны поговорить со своим врачом о том, сколько и как часто принимать эти лекарства. Вы также можете использовать грелку, чтобы помочь себе при болях. Регулярные физические упражнения также помогают при менструальных болях. Если вы используете рекомендованные лекарства и упражнения, но все равно испытываете боли, вам следует поговорить с вашим доктором о других вариантах лечения.</p>	<p>Если НПВС не работают хорошо, ваш врач захочет обсудить с вами применение гормонов, для того чтобы остановить спазмы. Обычно используют гормоны в виде противозачаточных таблеток. Такие таблетки безопасный и очень эффективный способ лечения болей при менструации. Многие девушки используют противозачаточные средства для лечения болей даже если они не нуждаются в профилактике беременности.</p>