

자기 병을 자기가 진단할 수 있을까



월경의 이상

여성에게 있어서 정상적인 월경은 건강의 상징이다. 자기의 월경이 정상인가 아닌가 구별하는 지식을 가져보자

■ 주기(周期)의 이상

월경이 순조롭지 못하고 불순한 것 또는 주기가 25일 이하가 되거나 35일 이상인 것은 일반적으로 정상이라고 할 수 없다.

지속일수의 이상

월경이 계속하는 일자가 2일이 내인것 8일 이상인것은 이상한 월경이며 몸속에 어떤 변화가 일어난 것이라고 생각할 수 있다.

양(量)의 이상

월경량은 한번에 약 30~150ml의 출혈이면 정상이다. 양이 대단히 적은 사람, 많은 사람, 응혈이 자주 나오면 어떤 고장이 있다고 보아야 하고 진찰을 한번 받아 보아야 한다. 너무 많을 때는 빈혈을 일으키기 쉬우므로 조심해야 한다.

월경이상의 원인

자궁발육부전, 난소의 활동이상,

이상 있으면 어딘가에 반드시 변화가 있다

자궁과 난소의 기형, 급만성염증, 자궁근종, 자궁암, 응모상피종등이 있으면 성기 이상에서 생기는 월경 이상이 올 수 있다.

전신적인 고장이 월경이상의 원인으로 될 수도 있다. 월경에 이상이 있으면 몸 어딘가에 변화가 있는 것이다.

예를 들어 영양장애, 홀몬변화(뇌하수체, 난소, 갑상선, 부신 등 장기에 변화가 생긴것), 빈혈, 기타 혈액병, 심장, 호흡기, 간장, 신장등질환, 야위거나 살이찌거나 피부병이 있거나 방사선장애 등독, 외상, 정신병, 심장쇠약, 환경변화에서도 월경변화가 있을 수 있다.

암이나 자궁근종, 홀몬이상, 각종전신병 불임증등은 여자들에게 큰 관계가 있으므로 월경변화를 예사로 생각하지 말아야 한다.

월경이상의 치료

먼저 전신의 건강상태를 살펴보

고 숨은 병이 무엇인가를 찾아내야 한다. 영양섭취상태, 빈혈의 유무, 흉문상태 생활환경의 변화, 정신상태는 어떤가 잘 검토해 보아야 한다.

산부인과에서 진찰을 받도록 해야 한다. 부인체온계로 기초체온을 알아보고 의사에게 가면 좋다. 난소나 흉문등에 관한 변화가 인정되면 흉문제제나 기타 약제로 의사는 치료를 해줄 것이다. 자궁부전, 자궁근종, 난소, 성기암, 옹모상피종 등이 있어서는 곤란하다. 연령 여하를 불문하고 하루빨리 의사의 진찰을 받는 것이 좋다. 또 임신에 관한것. 예를들어 유산과 혼동할수도 있으므로 월경이상을 너무 소홀히 다루지 말것이다. 생활환경이나 정신상태를 좋게하는 것이 바람직하고 파로, 냉, 수면부족등은 해롭다.

초조(初潮)에 관하여

최근에는 초조년령이 매우 낮아져 국민학교 4~5학년이 되면 월경을 보는 수가 있고 6학년이 되면 많아진다. 초조가 빨라진 이유는 영양이나 사회환경의 변화가 큰 영향을 주었다고 생각한다.

그러나 9세이하에서 초조를 보는 것은 너무 빠르다고 생각된다. 이때는 발육이 좋고 정신적으로 건강이 좋으면 괜찮으나 뇌, 난소, 부신, 자궁등에 이상이 있는 경우

우선 영양상태 · 빈혈의 유무 · 흉문상태 · 환경의 변화 · 정신상태 등 검토해야

도 있다. 결국 의사의 확실한 진단을 받아서 전신건강을 확인할 필요가 있다.

반대로 18세를 넘어서도 초조를 보지 않는 사람은 흉문관계에 이상이 있는 것이라고 생각되므로 산부인과 의사를 찾아보는 것이 좋다.

폐경기에 대하여

40살이 되지 않았는데 월경이 멈추고 마는 것도 이상이 있는 것이라고 생각해야 한다. 월경이 없어 질 뿐 아니라 냉, 두통, 불면, 우울, 피곤 등 갱년기장애증상을 나타내는 수가 있다. 20대, 30대에서 월경불순이 있는 사람, 신체에 무리를 한 사람에 생기기 쉽다.

그원인은 결핵, 심장병, 빈혈, 매독, 영양실조, 흉문이상, 전염병, 파로, 정신적 중압감 등을 들 수 있다.

치료는 물론 전신적인 건강진단, 흉문상태를 조사하여 보는 것이 필요하다. 반대로 55세를 넘어서도 월경이 있는 사람이 있는데 이경우는 자궁암, 자궁근종, 흉문이상에 의한 출혈등이 있기 때문인데 산부인과 의사의 검사를 받아 보아야 한다.

● 기생충 박멸 표어

기생충 구제는

은 가족 다 함께

한국 기생충 박멸협회