

Kinh nguyệt chảy ra từ lỗ nào? Giải đáp cho chị em

Hành kinh chảy ra từ lỗ nào? Chúng ta cùng nghiên cứu cấu trúc âm đạo để giải đáp thắc mắc thầm kín này, giúp chị em mạnh dạn và phục vụ cơ thể hợp lý nhất.

Thực trạng, nhiều chị em phụ nữ trưởng thành vẫn chưa nắm rõ cấu trúc vùng kín của chính mình. Dưới đây trả lời điển hình, thích hợp để bạn hiểu đúng về nguyệt san và cấu tạo bộ phận sinh dục nữ.

Nguyệt san chảy ra từ lỗ nào?

"rụng râu" thoát ra từ lỗ nào? kinh nguyệt thực ra là hiện tượng máu từ dạ con được bài tiết ra ngoài cơ thể qua "cô bé", rõ ràng là qua lỗ âm hộ. Đó là 1 việc sinh dục thường thì, diễn ra định kỳ hàng tháng tại chị em phụ nữ trong lứa tuổi sinh con.

Để không khó hình dung, bộ phận sinh dục ngoài của phái đẹp liệu có ba lỗ riêng biệt, vĩnh viễn tách biệt nhau cũng như được thu xếp Theo thứ tự từ trước ra sau (từ Vừa rồi xuống dưới) như sau:

Lỗ niệu đạo: nằm tại vị trí Vừa rồi Mời bạn cùng. Được gọi là ống dẫn nước đái từ bọng đái ra bên ngoài cơ thể, không mối liên quan tới chức năng sinh con.

<https://phukhoathaiha.com.vn/>

<https://phongkhamthaiha.vn/>

<https://phongkhamthaihahanoi.webflow.io/>

- Lỗ âm đạo: nằm tại khu vực chính giữa, ngay dưới miệng sáo. Đây là nơi máu "đèn đỏ" thoát ra bên ngoài từng tháng. Đồng thời, Đây cũng chính là đường giao hợp và là ống sinh sản để em bé đi ra khi sinh.
- Hậu môn: tọa lạc ở phía sau Cùng nhau, là nơi người đào thải phân ra bên ngoài.

1 nhầm khá hay bắt gặp là rất nhiều cơ thể cho rằng nữ đi đái và ra máu kinh qua Cùng nhau một đường. Tuy vậy, hiện thực hai việc này diễn ra qua hai đường triệt để khác biệt nhau có nghĩa là nước giải đi qua niệu đạo, còn máu kinh đi qua "cô bé".

Tư vấn hành kinh bài tiết ra từ lỗ nào

Một số giai đoạn trong chu kỳ kinh

Vòng kinh thật ra cảm thấy 4 giai đoạn liên tiếp, mỗi giai đoạn liệu có đặc điểm sinh dục riêng rẽ.

Thời kỳ kinh nguyệt

Được xem là giai đoạn mà phần lớn nữ đều chiến lược rõ nhất. Khi trứng ở chu kỳ trước không được thụ thai, lớp niêm mạc dạ con bong ra và rời khỏi người qua âm đạo, nồng mức độ estrogen cùng với progesterone giảm xuống, gây ra kinh nguyệt gồm máu, hoạt chất nhầy cũng như mô nội mạc. Các triệu chứng thường gặp trong giai đoạn này là cảm giác đau bụng sau, đau vùng eo lưng, nhức đầu, mỏi mệt.

Giai đoạn nang trứng

Giai đoạn này bắt đầu tiên tuy nhiên nhưng mà với "rụng rêu". Hormone FSH liệu có vai trò kích ứng buồng trứng tiến triển những nang noãn. Trong đó, một nang trứng sẽ lớn lên cũng như chuẩn bị được phóng thích. Mặt khác, estrogen tăng dần khiến nội mạc tử cung dày lên. Đây thường hay là thời kỳ chị em cảm thấy chứa nhiều năng lượng cùng với tâm lý thư giãn nhất trong tháng.

Thời kỳ rụng trứng

Xét về sinh sản, hiện tượng rụng trứng thường diễn ra trước kỳ kinh kế tiếp vòng 14 hôm, không tùy vào mức độ dài chu kỳ. Đây coi là khoảng thời gian không khó mang thai nhất. Dấu hiệu nhận biết là khí hư trong, dẻo như lòng trắng trứng, nhiệt độ cơ thể tăng nhẹ 0,3 - 0,5°C và có thể đau đón bụng sau nhẹ một bên.

Thời kỳ rụng trứng người thường sốt nhẹ

Thời kỳ hoàng thể

Dưới lúc rụng trứng, nang trứng biến thành hoàng thể và tiết progesterone để giữ gìn nội mạc dạ con. Nếu như không xảy ra có bầu, hoàng thể sẽ teo lại và được người hấp thụ dần. Lúc nồng độ estrogen cùng với progesterone suy giảm, 1 chu kỳ kinh mới sẽ được khởi động. Thời kỳ hoàng thể thường lâu ngày trong tầm 11 đến 17 hôm.

Làm sạch trong chu kỳ kinh nguyệt đúng giải pháp

Vệ sinh đúng phương pháp trong chu kỳ kinh nguyệt rất quan trọng song rất nhiều cơ thể không có ý thức đúng. Làm sạch sai lầm giải pháp trong các chu kỳ kinh nguyệt có khả năng dẫn đến nhiễm trùng cô bé, đặc biệt tác động tới sức khỏe sinh con để lâu.

Lựa chọn dịch vụ làm sạch phù hợp

Từ thời xưa, phái đẹp Việt bạn nam thường sử dụng tấm vải bông để thấm thấu "đèn đỏ". Thực tế hiện nay có 3 chọn lựa phổ biến:

Băng rửa ráy là chọn lựa quen thuộc, dễ dùng cùng với thích hợp với phần lớn mọi người. Cần chọn kiểu không mùi thơm để tránh kích ứng da nhạy cảm. Thay thế băng mỗi 3 - 4 giờ, hạn chế chờ đến khi đầy tận gốc.

- Tampon cho phép vận động thư giãn hơn, kể cả bơi lội. Nhưng mà, cần đọc kỹ lưỡng chỉ dẫn lấy cùng với tuyệt đối không để tampon quá 8 giờ để tránh nguy cơ hội chứng sốc lây nhiễm độc (TSS).
- Cốc "rụng rêu" là chọn lựa thân thiện với môi trường, có khả năng sử dụng được khoảng 10 năm Nếu mà bảo quản đúng phương pháp. Song cần phải thống kê kỹ càng vì vấn đề đưa cốc vào cũng như sử dụng ra hơi khó khăn và trở ngại Nếu như chưa thao tác quen.

<https://suckhoe24gio.com/>

<https://pkdakhoathaiha.com/>

<https://phongkhamtunhan.webflow.io/>

Tampon được không ít nữ giới lựa chọn dùng

Quy tắc làm sạch vùng kín ngày nguyệt san

Cô bé liệu có cơ chế tự vệ sinh tự nhiên nhờ môi trường axit cùng với vi rút thì có lợi. Can thiệp không đúng phương pháp có khả năng phá bỏ quá trình cân với này. Thực hiện đúng như sau:

Rửa khu vực bên ngoài âm hộ với nước nóng sạch sẽ, 2 - 3 lần/ngày.

- Thấm khô từ từ với khăn mềm nhũn sạch, từ trước ra sau.
- Nếu mà dùng dung dịch làm sạch, chọn lựa dạng liệu có mức độ pH phù hợp, không mùi thơm mạnh.
- Cần chọn lựa quần áo lót với cotton, thoáng mát cùng với tránh mặc quần quá chật.
- Cần phải vệ sinh tay sạch sẽ trước cùng với dưới khi thay thế băng rửa ráy hay tampon.

Những điều nên đặc biệt tránh:

Không co rửa ở trong âm đạo: Nội dung này là sai phổ biến của không ít người. Đưa nước hoặc hỗn hợp đăng nhập trong âm đạo phá hủy hệ vi sinh thiên nhiên, tăng nguy cơ nhiễm trùng.

- Không lấy xà để phòng thơm hoặc gel rửa sạch nách để rửa chỗ kín: một số chất tẩy rửa mạnh có khả năng gây ra kích ứng và biến đổi pH.
- Không để băng làm sạch quá lâu: Môi trường ẩm ướt lâu ngày là điều kiện lý tưởng để vi khuẩn sinh sôi.
- Không giao hợp tình dục không bảo vệ hằng ngày kinh: Cổ dạ con mở hơn, nguy cơ viêm nhiễm ngược dòng tổn kém hơn thông thường.

Cần phải thay băng vệ sinh dưới 3 - 4 giờ

Hi vọng các giải đáp "đèn đỏ" thoát ra từ lỗ nào Trên đã giúp bạn thấu hiểu người mình hơn và tự tin gạt phá một số lo âu thầm kín. Nếu mà bạn đang gặp phải bất cứ biểu hiện bất thường nào về những ngày kinh nguyệt như rong kinh, máu kinh có màu lạ hoặc đau đốn bụng dữ dội, đừng ngần ngại tới các địa chỉ y tế chuyên khoa để được kiểm tra và giải đáp sớm nhé!