

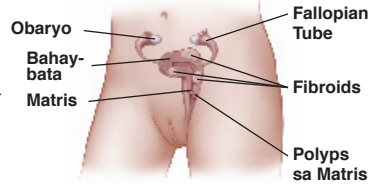
# Ikaw at ang “Abnormal Uterine Bleeding” o Abnormal na Pagdurugo ng Matris

## Ano ang “Abnormal Uterine Bleeding” (AUB) o Abnormal na Pagdurugo ng Matris?

Ang abnormal uterine bleeding o abnormal na pagdurugo sa bahay-bata ay ang anumang nararanasang pagdurugo sa ari o spotting, na hindi karaniwang nararanasan sa panahon ng iyong pagrereglá o menstrual cycle o panahon ng pagrereglá, o anumang pagdurugo kapag nagmenopos na. Ang iyong menstrual cycle ay ang dami ng araw mula sa unang araw na ikaw ay dinatnan ng reglá (Araw 1), hanggang sa unang araw ng iyong sunod na period o pagrereglá. Ang regular na menstrual cycle ay umaabot nang mula 21 hanggang 35 araw. Ang normal na menstrual period ay tumatagal nang mula 2 hanggang 7 araw. Ang iyong menstrual cycle ay maaaring maging problema kung ito ay mas maikli pa sa 21 araw o mas mahaba pa sa 35 araw, o kung ang pagdurugo ay nararanasan nang mababa pa sa dalawang araw, o higit pa sa pitong araw. Ang iba pang uri ng abnormal na pagdurugo ay ang pagdurugo o spotting sa pagitan ng mga period o pagkatapos na makipagtalik. Kung tumigil na ang iyong period dahil sa menopos (kalimitan, kung ang edad ay humigit-kumulang na 50), anumang pagdurugo makalipas ang isang taon ay abnormal.

## Ano ang dahilan ng pagkakaroon ng AUB?

Ang AUB ay maaaring mangyari sa panahon ng pagbubuntis at maaaring senyales na nakunan (miscarriage). Maaaring side-effect ito ng paggamit ng mga panghadlang sa pagbubuntis (birth control) tulad ng pill o IUD, ng isang gamot na iyong ginagamit, mga pagbabago sa iyong timbang, stress, at marami pang ibang dahilan. Ang AUB ay maaari ring mangyari dahil sa problema sa bahay-bata tulad ng impeksyon, polyp, fibroid at kung minsan ay kanser. Napakahalagang sumangguni ka sa doktor para malaman kung bakit nangyayari ito.



## Paano ito makikita (dayagnosis)?

Kung ikaw ay may AUB, tatanungin ka ng iyong doktor nang tungkol sa iyong menstrual period, ang sistema ng pagdurugo, at magsasagawa ng isang pisikal na eksaminasyon. Kabilang sa mga pagsusuri na maaari niyang ipagawa ay ang pagsusuri kung ikaw ay buntis, pagpapa-eksamen ng dugo, o ultrasound ng inyong bahay-bata. Magandang ideya ang subaybayan mo ang iyong menstrual cycle sa pamamagitan ng pagtatala nito sa isang kalendaryo o sa isang dayari. **Sa likod nito** ay isang menstrual flow diary o dayari tungkol sa pagdaloy ng iyong reglá, na magagamit mo sa pagtatala ng iyong pagdurugo. Paminsan-minsan, ang dahilan kung bakit nagkakaroon ng abnormal na pagdurugo ay hindi malinawan, kahit pa nagsagawa na ng mga pagsusuri. Sa ganitong pagkakataon, ang AUB ay tinatawag na ngayong dysfunctional uterine bleeding.

## Paano ginagamot ang AUB?

Ang mga opsyon sa paggagamot ng AUB ay batay sa dahilan, sa iyong edad, sa kagustuhan mong magbuntis, at kung gaano kalala ang pagdurugo. Sa ibang uri ng pagdurugo, ang mga panggamot na hormonal na tulad ng mga pilduras na panghadlang sa pagbubuntis o birth control pills, o progestins (Provera®, Depo-Provera® at iba pa) ay nakakatulong. Ang mga gamot na tulad ng mga panlaban sa pamamaga gaya ng (Ponstan®, Anaprox®, Advil® at iba pa) o Tranexamic Acid (Cyklokapron®) ay makapagpapabawas din ng pagdurugo. Kung hindi tatalab ang mga gamot na ito, ang mga gamot na mas matitindi ang talab ay maaaring kailanganin. Maaaring magbigay ng mga gamot na makakatulong sa obulasyon (pagkakaroon ng itlog) kung gusto mong magbuntis.

*nagpapatuloy ...*

Kung ang dahilan ng AUB ay mga growth o bukol tulad ng fibroids o polyps, maaaring alisin ang mga ito. Sa ilang mga babae, ang pamamaraang endometrial ablation, isang pamamaraang nakapipinsala sa lining ng bahay-bata, ay maaaring makapagpabawas o makapagpatigil ng pagdurugo. Kapag hindi tumatalab ang lahat ng iba pang panggamot, ang hysterectomy, isang operasyon para alisin ang bahay-bata ay maaaring ipagawa, kung ikaw ay patuloy na nagkakaroon ng problema sa pagdurugo. Kailangan mong makipag-usap sa iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan o health care provider upang malaman kung ano ang pinakamabuting panggamot para sa iyong kalagayan.

## Pangwakas na Salita

Anumang pagdurugo sa ari na naiiba sa normal na sistema ng pagdaloy ay tinatawag na AUB. Sa maraming iba't-ibang mga sanhi ng pagkakaroon ng AUB, marami ang simple lamang gamutin at bigyang-lunas. Tiyaking ipapaalam mo sa iyong health care provider kung ikaw ay nakakaranas ng anumang mga pagbabago sa iyong menstrual cycle, sa daloy ng dugo, o kung nagkakaroon ng pagdurugo kapag tapos na ang panahon ng iyong pagreregla.

## Dayari ng Pagdaloy ng Regla o Menstrual Flow

Taon: \_\_\_\_\_

TALAAN NG MENSTRUAL CYCLE

araw →	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
ENERO																															
PEBRERO																															
MARSO																															
ABRIL																															
MAYO																															
HUNYO																															
HULYO																															
AGOSTO																															
SETYEMBRE																															
OKTUBRE																															
NOYEMBRE																															
DISYEMBRE																															

Paki-markahan araw-araw sa tsart ang nararapat na simbolo:

Spotting

Regular na pagreregla

Malakas na pagreregla

[www.benignuterineconditions.ca](http://www.benignuterineconditions.ca)



©2005 Reserbado ang lahat ng karapatan.

Ang impormasyong ito ay para lamang sa layunin ng pagbibigay ng impormasyon, at walang intensyon na maging kapalit ito ng propesyunal na payong medikal, dayagnosis, o panggamot. Magpatingin sa iyong health care provider at humingi ng payo tungkol sa isang partikular na medikal na kalagayan.

Ang pagpapaganda ng dokumentong ito ay pinondohan ng Ontario Women's Health Council. Ang Ontario Women's Health Council ay ganap na pinopondohan nang Ministri ng Kalusugan at Pangmatagalang-Panahong Pangangalaga (Ministry of Health and Long-Term Care). Hindi nangangahulugan sa dokumentong ito na may pag-eendorso mula sa Ministry of Health and Long-Term Care.