

# Máu kinh vón cục có đúng là dấu hiệu bệnh lý bất thường? nguyên nhân và phương pháp khắc phục

Máu kinh vón cục là một hiện tượng mà nhiều phái đẹp gặp phải trong vòng kinh. Liệu đây có đúng là dấu hiệu bất thường? Hãy cùng Pharmacy tìm hiểu nguyên nhân và một số phương pháp khắc phục hữu hiệu trong nội dung sau đây.



## Dấu hiệu máu kinh vón cục là bình thường hay bất thường?

Trong khoảng thời gian hành kinh, chắc chắn không ít phái đẹp nhận thấy máu kinh ra nhiều vón cục. Tuy vậy, hiện tượng này được coi là bình thường tuy nhiên cũng là bất thường.

### Máu kinh vón cục có thể là dấu hiệu sinh lý bình thường

Thật ra, máu kinh vón cục màu đen có thể là một phần của vòng kinh bình thường và không phải khi nào cũng đáng lo ngại. Chẳng hạn như:

- Vì sự thay đổi trong vòng kinh: Khi vòng kinh của bạn có sự thay đổi, như trong thời kỳ đầu dậy thì, sau sinh con, hoặc trước thời kỳ mãn kinh, việc nhìn thấy máu kinh vón cục là điều bình thường.
- Máu kinh ngày đầu và ngày cuối: bình thường đầu ngày nguyệt san khi máu ra nhiều, hoặc cuối kỳ khi máu đang giảm, có thể thấy máu vón cục.
- Rối loạn kinh nguyệt: Thường vào một số ngày đầu của chu kỳ, máu có thể vón cục do sự thay đổi hormone và sự co thắt của tử cung. Nhất là nếu bạn có rối loạn kinh nguyệt, máu vón cục có thể nhìn thấy như một phần của sự điều chỉnh.

### Máu kinh vón cục có thể là dấu hiệu bệnh phụ khoa

Tuy vậy, khi máu kinh vón cục nhìn thấy bên cạnh những dấu hiệu khác, đây có thể là dấu hiệu của một số vấn đề sức khỏe cần được chú ý:

- Đau bụng dữ dội bên cạnh máu kinh vón cục: đau bụng dữ dội bên cạnh máu kinh vón cục có thể chỉ ra những vấn đề như u xơ cổ tử cung hoặc u nội mạc tử cung.
- Rối loạn kinh nguyệt: rối loạn kinh nguyệt bên cạnh máu kinh vón cục có thể có mối liên quan đến mất cân bằng hormone hoặc những vấn đề sức khỏe khác.
- Máu kinh bị vón cục xảy ra nhiều ngày, liên tiếp: Đây có thể là dấu hiệu bất thường có mối liên quan tới khả năng sinh sản nên kiểm tra ngay.
- Máu kinh vón cục bên cạnh dấu hiệu khác: nếu bạn thấy máu vón cục bên cạnh những dấu hiệu như xung huyết bất thường, máu kinh có mùi tanh gây bí bách, máu máu kinh nhót dính, lượng máu bị vón cục nhiều hay cảm thấy mệt mỏi hoặc sốt thì đây có thể là dấu hiệu của chứng bệnh cần đi đến bác sĩ khám để được giải đáp.

<https://phathaihaiha.webflow.io/post/kinh-nguyet-co-mau-nau-den-la-benh-gi>

## Chi em nên làm gì khi nhìn thấy máu kinh màu đen & vón cục?

Trường hợp nhìn thấy tình trạng máu kinh màu đen bị vón cục, đây có thể là dấu hiệu của nhiều vấn đề sức khỏe riêng biệt. Nếu vậy, phải để ý:

- Quan sát những dấu hiệu bên cạnh: phải để ý quan sát những dấu hiệu bên cạnh máu kinh màu đen bị vón cục, chẳng hạn như đau bụng, cảm thấy mệt mỏi, hoặc xung huyết ngoài kỳ kinh để nhận biết đó là tình trạng bất thường hay bình thường.
- Coi xét sự thay đổi trong vòng kinh: coi xét những thay đổi trong vòng kinh của bạn để định vị xem hiện tượng máu kinh vón cục màu đen có đúng là sự thay đổi tạm hay lâu ngày. Chẳng hạn nếu bạn vừa khỏi dấu dùng thuốc tránh thai hoặc thay đổi menu, hiện tượng máu đen vón cục có thể là phản ứng tạm của thân thể.
- Điều chỉnh chế độ sinh hoạt: cố gắng giảm căng thẳng, duy trì giấc ngủ tròn giấc để giúp thân thể phục hồi trong thời gian ngắn.
- Dưỡng chất thích hợp: bù đắp những dưỡng chất như sắt, vitamin K, vitamin C và axit folic. Sắt giúp kích thích sản sinh hồng cầu và gia tăng chất lượng máu, trong lúc những vitamin và axit folic có chức năng cấp thiết trong lúc đông máu và tái tạo mô.
- Liên hệ ngay thầy thuốc chuyên khoa nếu cần: nếu máu kinh màu đen vón cục bên cạnh những dấu hiệu nghiêm trọng hoặc lâu ngày, hãy thăm thầy thuốc chuyên khoa để được kết luận và chữa trị kịp thời.

Chung quy lại, nếu máu kinh vón cục màu đen chỉ nhìn thấy thỉnh thoảng và không bên cạnh những dấu hiệu nghiêm trọng khác, thường phải để ý không nguy hiểm không kiểm soát. Tuy vậy, nếu tình trạng này lâu ngày, bên cạnh những dấu hiệu bất thường hoặc làm bạn cảm giác hoang mang, hãy đi đến bác sĩ khám để được kết luận và chữa trị kịp thời. Đừng ngại ngần tìm kiếm sự hỗ trợ y tế để giữ an toàn khả năng sinh sản của chính mình nhé.

Khám phụ khoa tốt ở Hà Nội

<https://phathaihaiha.webflow.io/post/dia-chi-kham-phu-khoa-o-dau-tot-tai-ha-noi>

11 Thái Hà đồng đa Hà Nội <https://phathaihaiha.webflow.io/post/phong-kham-da-khoa-thai-ha>