



# انقطاع الحيض المبكر

## انقطاع الحيض المُستحث طبيًا

قد يحدث انقطاع الحيض المُستحث طبيًا في حال استخدامك لبعض علاجات السرطان، أو إجراء عملية جراحية لك لإزالة المبيضين، قبل انقطاع الحيض الطبيعي.

لا يؤدي استئصال الرحم (عملية جراحية لإزالة الرحم) قبل توقف المبيضين عن العمل إلى انقطاع الحيض إلا إذا تمت إزالة المبيضين أيضًا أثناء الجراحة. إذا كان المبيضان لا يزالان موجودين، يستمر إنتاج الهرمونات إلى أن يحدث انقطاع الحيض بشكل طبيعي.

لا يؤدي خزع مبيض واحد (إزالة مبيض واحد) إلى انقطاع الحيض. إذا بقي أحد المبيضين أو كلاهما، فسيستمر المبيضان في إنتاج الهرمونات حتى مع توقف دورتك الشهرية. أما إذا أُجريت لك عملية لخزع المبيضين (إزالة كلا المبيضين)، فستصل إلى سن انقطاع الحيض فورًا.

لن تمرّ بالمرحلة الانتقالية لانقطاع الحيض "النموذجية" التي تحدث عندما يحصل انقطاع الحيض بشكل طبيعي. ويمكن أن تكون الأعراض أشدّ عند حدوث انقطاع الحيض فجأة، بسبب الانخفاض السريع في مستويات الهرمونات.

إذا كنت بحاجة إلى علاج طبي قد يُحفّز انقطاع الحيض، تحدث مع طبيبك حول ما يمكن توقعه وخيارات الدعم أو العلاج المتاحة.

يمكنك الاطلاع على المزيد من المعلومات عن انقطاع الحيض المُحفّز طبيًا على موقع **Jean Hailes لصحة المرأة**.

## انقطاع الحيض

انقطاع الحيض هو نقطة زمنية محددة - وهي آخر دورة شهرية لك. يحدث انقطاع الحيض عادةً بين سن 45 و55 عامًا، غير أنه سيحدث لدى بعض النساء في سن أصغر.

## قصور المبيض السابق لأوانه وانقطاع الحيض المبكر

تعاني واحدة من كل 15 امرأة تقريبًا في أستراليا من "قصور المبيض السابق لأوانه" (أو POI) أو انقطاع الحيض المبكر.

POI هو انقطاع الحيض قبل سن الأربعين.

أما انقطاع الحيض المبكر فهو انقطاع الحيض قبل سن الخامسة والأربعين.

تشابه أعراض POI وانقطاع الحيض المبكر مع أعراض انقطاع الحيض في السن الطبيعية. إلا أنه يمكن أن يصاحب ذلك شعور أكبر بالفقد والحزن والأسى نتيجة فقدان الخصوبة وتشوّه صورة الجسم.

إذا كنت تعتقد أنك تعاني من POI أو انقطاع الحيض المبكر، من المهم مراجعة طبيبك.

يمكنك الاطلاع على المزيد من المعلومات عن POI وانقطاع الحيض المبكر على موقع **Jean Hailes لصحة المرأة**.

## الحصول على المساعدة

يوجد العديد من المتخصصين الصحيين المؤهلين الذين يُمكنهم دعمك خلال الفترة الانتقالية لانقطاع الحيض.

إذا كنت تعاني من أعراض انقطاع الحيض التي تؤثر على حياتك أو تُقلقك، من المهم التحدث إلى طبيب. تتوفر خيارات للعلاج والدعم يمكن أن تُساعدك، وسيضمن طبيبك إعطاءك التشخيص الدقيق والرعاية المناسبة لحالتك.

## مزيد من المعلومات والدعم

للمزيد من المعلومات والدعم، تفضّل زيارة الموقع الإلكتروني [health.gov.au/perimenopause/](https://health.gov.au/perimenopause/) **.translated**

ستجد على الموقع الإلكتروني قصصًا واقعية، وموارد، ودليلًا للتحدث مع طبيبك، ورابطًا إلى قائمة تحقّق من الأعراض، ومعلومات بلغات متعددة.



للمزيد من المعلومات، تفضّل زيارة [health.gov.au/perimenopause/translated](https://health.gov.au/perimenopause/translated)

تختلف تجربة كل شخص  
في مرحلة ما قبل انقطاع  
الحيض وانقطاع الحيض.