

功血的健康教育

生殖内分泌科

定义

功能性子宫出血，简称功血，是指由于调节生殖的神经内分泌机制失常引起的异常子宫出血，而全身及内外生殖器官无明显器质性病变。



症状

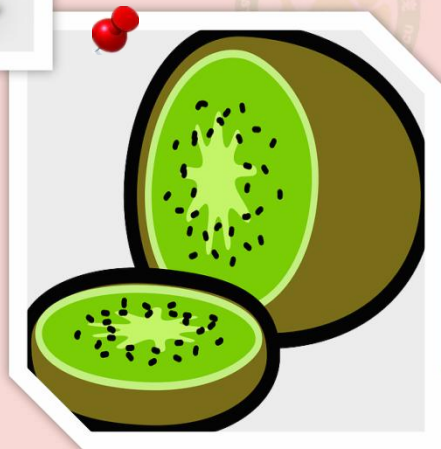
你可能会有月经周期不规律、
经量过多、经期延长或不规则
出血等表现。



饮食



高蛋白：鸡蛋、牛奶、鱼、瘦肉等



高维生素：蔬菜、水果



**含铁量高的食物：
猪肝、菠菜、黑
木耳等**

休息



多卧床休息，保证充足睡眠



**下床活动时注意防跌倒：
先坐后站、穿防滑拖鞋、家属搀扶**

卫生



勤换卫生巾和内裤

每天清洗会阴部

用药



按照医务人员的指导

严格按时、按量的服用药物



不可随意停药或漏服药物

正确记录阴道流血量



保留更换的卫生巾，由护士称重

放松心情



生活节奏规律
保持心情舒畅



四川大学
Sichuan University

华西第二医院护理部
WEST CHINA SECOND HOSPITAL NURSING DEPARTMENT

制作人 李昕 杨为 习春杨