

REDY "A" BINGO

Teherbe eshet
egy nő a
menstruációja
alatt?

A nők kb hány
százaléka tapasztal
fájdalmat a
menstruációja
alatt?

A menstruációra
hatással van a
testsúly?

A cápák nagyobb
valószínűséggel
támadnak
menstruáció
alatt?

BINGO

Mennyit
menstruál egy
nő egy ciklusa
alatt?

A fizikai
aktivitás, vagy a
szex árthat
menstruáció
alatt?

Mi a
menstruációs
vér?

Az időjárás
hatással lehet a
menstruációra?

REDY "B" BINGO

Egymáshoz közelálló nők menstruációja szinkronba kerül? - HAMIS

A Clue app egy oxfordi professzorral folytatott felmérése alapján nincs rá tudományos bizonyíték, a statisztikai adatok szerint pedig idővel inkább elmozdulnak egymástól a ciklusok.

Mennyi ideig tart a ciklus?

Egy nőnek nagyjából 28 napig tart egy menstruációs ciklusa, de akár 21-35 nap is normális lehet.

Mennyi ideig tart a menstruáció?

Átlagosan kb 5 napig tart a menstruáció, de személyenként változó hosszúságú lehet, a 2-7 nap is normálisnak tekinthető.

Menstruáció alatt tilos úszni, fürdőzni? - HAMIS

A víz nem szivárog be a vaginába, és a nyomás miatt a vér sem folyik ki. A hiedelmekkel ellentétben menstruáció alatt nem kell jobban tartani a fertőzésektől sem.

Egy nő összeadva átlagosan mennyi időt menstruál élete alatt?

A nők nagyjából 8-15 éves koruktól egészen 45-55 éves korig menstruálnak. Átlagosan 28 napos ciklussal és 5 napos vérzéssel számolva, ez 500 menstruációt is jelenthet, ami összeadva nagyjából 7 év (kb 2500 nap), vagyis ennyit menstruál egy nő élete során.

A női méh kb akkora, mint egy körte? - IGAZ

A méh mérete személyenként változik. A menstruáció alatt pedig minimálisan nőhet is többek között a vérbőségnek köszönhetően.

Mi a PMS?

Premenstruációs szindróma, általában a menstruáció előtti héten a hormonális változások miatt jelentkező testi és mentális tünetek kombinációja. (A menstruáló nők 80%-a tapasztal valamilyen tüneteket.) A leggyakoribb tünetek lehetnek: hangulatingadozás, sírógörcsök, ingerlékenység, mellfeszülés, étel utáni vágy, bőrproblémák, alvási zavarok, libidó csökkenés

Egy újszülött kislánynak több millió petesejtje van? - IGAZ

Egy újszülött kislánynak megvannak az egész életére elegendő petési születek. Ez több millió petét jelent, ami pedig sokkal több, mint amire szükséged lehet az első menstruációtól a menopauzáig.

Beszéljünk a menstruációról!

Hol hallottál először a menstruációról?

Mi a legemlékezetesebb tapasztalatod a menstruációval? Hogyan érintett?

Mit tanítanál meg a kislányodnak a menstruációról?

Mit tanítanál meg a kisfiadnak a menstruációról?

Mit csinálnál, ha te menstruálnál?

Mit üzennél a nőknek a menstruációval kapcsolatban?

A beszélgetés után mit gondolsz a menstruáció témájáról, hogy összegeznéd ezt az élményt?