كيف تكون الدورة الشهرية الأولى بعد الولادة؟

قد تكون بعض التغييرات واضحة تمامًا بعد الولادة، بينما قد يستغرق بعضها الآخر وقتًا أطول للظهور. من بين كل هذه التغييرات، قد تتساءل ماذا عن الدورات الشهرية؟

أولاً ، يمكن أن تستغرق الدورة الشهرية الاولى بعد الولادة القليل من الوقت للظهور مرة جديدة. في الواقع، إذا كنت ترضعين طفلك رضاعة طبيعية، فقد يستغرق الأمر ستة أشهر أو أكثر قبل عودة الدورة الشهرية. أما إذا كنت ترضعين طفلك رضاعة طبيعية وتقللين إلى خلاصتين أو ثلاثة كل 24 ساعة، فقد تبدأ الدورة الشهرية من جديد أسرع.

أما بالنسبة للنساء اللواتي يلجأن الى التغذية المختلطة (الرضاعة والزجاجة)، فمن الصعب تنبؤ الفترة التي ستعود فيها الدورة.

إذا ادت الدورة الشهرية بينما ترضعين طفلك، فقد يؤثر ذلك على مخزون الحليب، ولكن لا ينبغي أن يؤثر ذلك على قدرتك على إطعام طفلك. قد يستغرق الأمر من ستة إلى ثمانية أسابيع حتى تعود الدورة الشهرية إذا لم تكوني ترضعين طفلك رضاعة طبيعية.

السبب في استغراق الأمر وقتًا طويلاً لعودة الدورة الشهرية، تعود إلى مستويات هرمون البرولاكتين. البرولاكتين مسؤول عن توفير الحليب ويقمع الإباضة. في حين قد يستغرق الأمر فترة طويلة حتى تعود الدورة الشهرية، فعند حدوث ذلك، لا تتوقع أن تكون هي نفسها قبل الحمل. قد تبقى كما هي، ولكن يمكن أن تتغير أيضًا.

عندما تكونين حاملاً، ينمو الرحم لاستيعاب طفلك المتنامي. عندما ينتهي الحمل يتقلص حجم الرحم مرة أخرى. ولكن قد لا يعود رحمك إلى حجمه قبل الحمل، كما يجب ان تنمو بطانة الرحم مجدداً أيضاً ، مما يمكن ان يؤدي إلى تغييرات في الدورة الشهرية.