



## English

### Irregular periods

Most people who menstruate have their period around every 28 days, but it's different for everyone. Periods can range from day 24 to day 38 of your cycle.

Signs of irregular periods can include:

- the number of days in between each of your periods is different and keeps changing
- the amount of menstrual blood changes from one period to the next
- your periods come closer together – less than 25 days from the start of one to the start of the next one
- your periods come further apart – longer than 35 days between the start of one and the next one

## Punjabi / ਪੰਜਾਬੀ

### ਅਨਿਯਮਿਤ ਮਾਹਵਾਰੀ

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਹਰ 28 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਹਰੇਕ ਵਾਸਤੇ ਅਲੱਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਚੱਕਰ ਦੇ ਦਿਨ 24 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਦਿਨ 38 ਤਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਅਨਿਯਮਿਤ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਤੁਹਾਡੀ ਹਰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਰਮਿਆਨ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਬਦਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
- ਮਾਹਵਾਰੀ ਵਿਚਲੇ ਨਿਕਲੇ ਖੂਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਇੱਕ ਤੋਂ ਦੂਜੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਦੀ ਹੈ

Some people might have a less regular cycle, and experience a different cycle each month (this is often the case when girls first start their period). However, it can also be caused by things like stress, certain health conditions or pregnancy. Irregular periods can also be a sign of [menopause](#). Most of the time there's no need to worry but sometimes it is important to speak to your doctor.

If you think you might be pregnant, it's important to take a pregnancy test as soon as possible.

[Further information on your options if you're pregnant](#)

- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਹਵਾਰੀਆਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਆ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ – ਪਹਿਲੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਅਗਲੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤਕ 25 ਤੋਂ ਘੱਟ ਦਿਨ
- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਹਵਾਰੀਆਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ – ਪਹਿਲੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਅਗਲੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦਰਮਿਆਨ 35 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮਾਸਿਕ ਚੱਕਰ ਸ਼ਾਇਦ ਘੱਟ ਨਿਯਮਤ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਹੀ ਚੱਕਰ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੋਵੇ (ਅਕਸਰ ਇਹ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦ ਕੁੜੀਆਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ)। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਸਦਾ ਕਾਰਨ ਤਣਾਅ, ਕੁਝ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਵਰਗੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਨਿਯਮਿਤ ਮਾਹਵਾਰੀ [ਮੈਨੋਪੇਜ਼ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ](#)। ਬਹੁਤਾ ਕਰਕੇ ਚਿੰਤਾ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਪਰ ਕਈ ਵਾਰੀ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

[ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ](#)

### **Speak to your doctor if:**

You're not pregnant and:

### **ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਜੇ:**

ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਅਤੇ:

<ul style="list-style-type: none"> <li>• you have started your period but haven't had one for a while (around 3 to 6 months)</li> <li>• you bleed between your period, after sex or after the menopause</li> <li>• you experience irregularities with your periods for example the number of days in between your period keeps changing</li> <li>• your periods are closer together or further apart than usual</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਹੋਈ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਪਰ ਕੁਝ ਚਿਰ ਤੋਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਨਹੀਂ ਆਈ ਹੈ (ਕੋਈ 3 ਤੋਂ 6 ਮਹੀਨੇ)</li> <li>• ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀਆਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ, ਸੈਕਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਮੈਨੋਪੌਜ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੂਨ ਦਾ ਰਿਸਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ</li> <li>• ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਵਿੱਚ ਬੇਕਾਇਦਗੀਆਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਹਵਾਰੀਆਂ ਦਰਮਿਆਨ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਦਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ</li> <li>• ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਹਵਾਰੀਆਂ ਦਰਮਿਆਨ ਸਮਾਂ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਘਟਦਾ ਜਾਂ ਵਧਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ</li> </ul>
<p>If you're seeing your doctor, there are some useful pieces of information to think about beforehand:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• the first day of your last period (when it started)</li> <li>• how many days your period usually lasts</li> <li>• what was the shortest time between your periods (from the first day of one period to the first day of the next)</li> <li>• what was the longest time between your periods (from the first day of one period to the first day of the next)</li> </ul>	<p>ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਸੋਚਣ ਲਈ ਕੁਝ ਲਾਹੇਵੰਦ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਹ ਹੈ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ਤੁਹਾਡੀ ਆਖਰੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਦਿਨ (ਜਦੋਂ ਇਹ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਸੀ)</li> <li>• ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿੰਨੇ ਦਿਨ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ</li> <li>• ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਹਵਾਰੀਆਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਸਮਾਂ ਕੀ ਸੀ (ਇੱਕ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅਗਲੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਤਕ)</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• how often you need to change your period products on a heavy day</li> <li>• if you are over 25, when you had your last smear test</li> </ul> <p>It can be helpful to keep a note of your period dates and symptoms using a calendar, a diary or an app. You can then discuss this with your doctor who can decide if any tests or treatments might be needed.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਹਵਾਰੀਆਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਸਭ ਤੋਂ ਲੰਬਾ ਸਮਾਂ ਕੀ ਸੀ (ਇੱਕ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅਗਲੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਤਕ)</li> <li>• ਭਾਰੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਆਪਣੇ ਪੀਰੀਅਡ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ</li> <li>• ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 25 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਆਖਰੀ ਸਮੀਅਰ ਟੈਸਟ ਕਦੋਂ ਹੋਇਆ ਸੀ</li> </ul> <p>ਕੈਲੰਡਰ, ਡਾਇਰੀ ਜਾਂ ਐਪ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਟੈਸਟ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।</p>
<p><b>Causes of irregular periods</b></p> <p>Irregular periods can be caused by lots of different things, usually involving hormonal changes, including menopause or hormonal contraception.</p> <p>Your menstrual cycle is regulated by 2 hormones, oestrogen and progesterone. Both of these hormones can be affected by natural</p>	<p><b>ਅਨਿਯਮਤ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ</b></p> <p>ਅਨਿਯਮਿਤ ਮਾਹਵਾਰੀ ਕਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਆਮ ਕਰਕੇ ਮੇਨੋਪੌਜ਼ ਜਾਂ ਹਾਰਮੋਨਲ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ ਸਮੇਤ ਹਾਰਮੋਨ ਸਬੰਧੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਾਰਨ।</p> <p>ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਸਿਕ ਚੱਕਰ ਨੂੰ 2 ਹਾਰਮੋਨ, ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੇਰੋਨ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦਾ ਇਹਨਾਂ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਉੱਪਰ</p>

<p>changes in your body. For example puberty, pregnancy, childbirth, breastfeeding and menopause.</p> <p>Your period will start during puberty. It can take up to 2 years for oestrogen and progesterone levels, and your periods, to settle.</p> <p>Your period will stop during pregnancy but you might still experience some bleeding or spotting early on. If you're worried about bleeding during pregnancy, speak to your midwife, doctor or local early pregnancy centre.</p> <p>Most women won't have periods when they're exclusively breastfeeding. But you can still get pregnant so you should think about <a href="#">your contraceptive options</a> if you don't want another pregnancy.</p> <p>Irregular periods can be common before menopause. The amount of menstrual blood can vary from one period to the next.</p>	<p>ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ ਜਵਾਨੀ, ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ, ਜਣੇਪਾ, ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ ਅਤੇ ਮੇਨੋਪੌਜ਼।</p> <p>ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਜਵਾਨੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇਗੀ। ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੇਰੋਨ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਨੂੰ ਸਥਿਰ ਹੋਣ ਵਿੱਚ 2 ਸਾਲ ਤਕ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।</p> <p>ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ ਪਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਖੂਨ ਦਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਰਿਸਾਅ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਸਪੌਟਿੰਗ (ਖੂਨ ਦੇ ਧੱਬੇ) ਹੋਵੇ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਖੂਨ ਦੇ ਰਿਸਾਅ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਮਿਡਵਾਈਫ, ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਸਥਾਨਕ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਕੇਂਦਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।</p> <p>ਬਹੁਤੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਜਦੋਂ ਉਹ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਂਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਫਿਰ ਵੀ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਇਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ <a href="#">ਆਪਣੇ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਵਿਕਲਪਾਂ</a> ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।</p> <p>ਮੇਨੋਪੌਜ਼ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਨਿਯਮਿਤ ਮਾਹਵਾਰੀ ਆਮ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਾਸਿਕ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਨਿਕਲਣ ਵਾਲੇ ਖੂਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਇੱਕ ਮਾਹਵਾਰੀ ਤੋਂ ਅਗਲੀ ਤਕ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।</p>
<p>Other things that can cause irregular periods are:</p>	<p>ਹੋਰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਕਰਕੇ ਅਨਿਯਮਿਤ ਮਾਹਵਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਹਨ:</p>

- [stress](#)
- weight gain
- eating disorders
- extreme exercise
- hormonal contraception

Irregular periods can also be caused by underlying health conditions, including:

- [endometriosis](#) – a long-term (chronic) condition where tissue similar to the lining of the womb is found elsewhere in the body
- [pelvic inflammatory disease](#) – an infection of the womb, ovaries and/or fallopian tubes
- [fibroids](#) – non-cancerous growths that can develop in the muscular wall of the womb
- [adenomyosis](#) – when the tissue that normally grows within the womb (the lining) grows into the muscular wall of the womb instead
- [polycystic ovary syndrome](#) – a hormonal condition which affects how your ovaries work
- thyroid problems

- [ਤਣਾਅ](#)
- ਭਾਰ ਵਧਣਾ
- ਖਾਣ-ਪੀਣ ਸਬੰਧੀ ਵਿਕਾਰ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਸਰਤ
- ਹਾਰਮੋਨਲ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ

ਅਨਿਯਮਿਤ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਕਰਕੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- [ਐਂਡੋਮੀਟ੍ਰੀਓਸਿਸ](#) – ਲੰਬੇ ਅਰਸੇ ਤੋਂ ਕੋਈ (ਗੰਭੀਰ) ਸਮੱਸਿਆ ਜਿੱਥੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀ ਅੰਦਰਲੀ ਪਰਤ ਵਰਗਾ ਟਿਸ਼ੂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ
- [ਪੈਲਵਿਕ ਇਨਫਲੇਮੇਟਰੀ \(ਪੇਡੂ ਵਿੱਚ ਸੋਜਸ਼\) ਬਿਮਾਰੀ](#) – ਬੱਚੇਦਾਨੀ, ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਫੈਲੋਪੀਅਨ ਟਿਊਬਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਲਾਗ
- [ਫ਼ਾਈਬ੍ਰੋਇਡਜ਼](#) – ਕੈਂਸਰਰਹਿਤ ਵਾਧੇ ਜੋ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਦੀਵਾਰ ਵਿੱਚ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ

<p>In rare cases, irregular periods may be a sign of cancer of the womb or the neck of the womb (cervix). These cancers can cause bleeding in between periods or during sex. If you're worried, speak to your doctor.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">ਐਂਡੋਮੈਟਰੀਓਸਿਸ</a> – ਜਦੋਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ (ਅੰਦਰਲੀ ਪਰਤ) ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਧਣ ਵਾਲਾ ਟਿਸ਼ੂ, ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਦੀਵਾਰ ਵਿੱਚ ਵਧਦਾ ਹੈ</li> <li>• <a href="#">ਪੌਲੀਸਿਸਟਿਕ ਓਵਰੀ ਸਿੰਡ੍ਰੋਮ</a> – ਇੱਕ ਹਾਰਮੋਨਲ ਸਥਿਤੀ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਡਕੋਸ਼ਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੀ ਹੈ</li> <li>• ਥਾਇਰੋਇਡ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ</li> </ul> <p>ਬਹੁਤ ਵਿਰਲੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਅਨਿਯਮਿਤ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ (ਸਰਵਿਕਸ) ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਕੈਂਸਰ ਮਾਹਵਾਰੀਆਂ ਦੇ ਦਰਮਿਆਨ ਜਾਂ ਸੈਕਸ ਦੌਰਾਨ ਖੂਨ ਦੇ ਰਿਸਾਅ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।</p>
<p>For more information about periods in Punjabi go to <a href="https://www.nhsinform.scot/translations/languages/punjabi/">https://www.nhsinform.scot/translations/languages/punjabi/</a></p>	<p>ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ <a href="https://www.nhsinform.scot/translations/languages/punjabi/">https://www.nhsinform.scot/translations/languages/punjabi/</a></p>
<p>11 July 2022</p>	<p>11 ਜੁਲਾਈ 2022</p>