

초경 후 월경이 불규칙할 때 검사가 필요한가요?

초경은 일반적으로 유방발육이 시작된 후 2-3년이 지나서 시작되며 최근 우리나라의 초경 연령은 평균 12세이다. 초경 첫 2년은 시상하부-뇌하수체-난소로 이루어지는 정상적인 호르몬 조절의 축이 아직 미완성인 단계이기 때문에 배란이 일어나지 않고 출혈이 일어나는 무배란성인 경우가 많아 성인과는 다른 패턴을 보일 수 있다. 이 시기에는 약 50-80%에서 무배란성 월경주기를 보이기 때문에 주기가 불규칙하여 길게는 2-3개월마다 생리를 하고 생리기간도 길고 양이 많을 수도 있다. 또한 무배란성 주기에는 정상 월경주기에서 자주 보이는 기분변화, 장의 팽만감, 유방통, 월경통 등의 증상들을 동반하지 않는다.

사춘기의 무배란성 출혈은 평균 2년 이내에 일어나지만, 길게는 초경 후 5년까지도 지속될 수 있으며, 일반적으로 초경의 나이가 빠를수록 규칙적인 월경주기를 빨리 갖게 된다. 12세 이전에 초경이 시작된 경우 초경 첫 해에 약 50%에서 규칙적인 배란성 월경을 보이는 반면 초경을 늦게 시작한 경우 규칙적인 배란성 주기의 확립까지 8-12년이 걸렸다는 보고가 있다. 그러나 90% 이상에서는 초경 후 3년 이내에 어느 정도 규칙적인 배란 주기를 갖게 되어 21-45일 주기의 월경주기를 보이고 3년이 지나면 60-80%에서 성인과 유사한 주기를 보이게 된다.

하지만 비정상 출혈을 보이는 경우 가장 중요한 점은 다른 기질적인 원인이나 내과적 질환이 있는지를 원인을 파악하는 것이다. 사춘기에 보이는 불규칙한 월경이 생식기관이나 비생식기관의 이상을 암시하는 첫 신호가 될 수 있으며 나중에 성인이 된 후 가임력에도 영향을 미칠 수 있으므로 필요시 검사를 시행해야 한다. 특히 초경시에 심한 월경과다를 보이는 경우 혈액응고 이상을 의심해 보아야 하고 평소에 코피, 잇몸출혈 등과 같은 출혈을 보이거나 쉽게 멍이 들거나 가벼운 상처 또는 치과 치료 중에서 심한 출혈을 있었다면 혈액응고장애에 대한 검사를 해보아야 한다. 급격한 체중감소, 식습관의 이상, 스트레스, 당뇨 등 만성질환 또는 과도한 운동 등은 시상하부의 기능 이상을 일으켜 불규칙한 월경을 야기할 수 있다. 또한 이 시기에 주로 나타나는 질환이 다낭성난소증후군이다. 지속적으로 불규칙한 월경을 보이면서 비만, 다모증, 여드름 등이 있으면 반드시 다낭성난소증후군을 의심해보아야 한다.

1. 사춘기 불규칙한 월경의 원인

- A. 시상하부-뇌하수체-난소축의 미성숙에 의한 무배란성 출혈
- B. 임신
- C. 내분비적인 문제

;당뇨, 갑상선기능이상, 다낭성 난소증후군, 선천성 부신과형성, 쿠싱증후군, 고유즙분비

호르몬혈증 등

D. 혈액학적 문제

;혈소판 감소증, 특정응고인자의 결핍, 혈소판 기능이상, 백혈병 등

E. 과도한 스트레스

F. 특정한 약물 복용 (호르몬, 항간질제, 항응고제 등)

G. 과도한 운동

H. 신경성 식욕부진

I. 만성 신장질환이나 간질환

J. 종양 관련(난소종양, 부신종양 등)

K. 질염이나 골반염, 자궁근종이나 용종 등의 생식기 이상

2. 사춘기 월경과 관련하여 검사가 꼭 필요한 경우

A. 유방발육이 시작된 후 3년이 지나도 초경이 없는 경우

B. 이차성징 발달이 없으면서 13세까지 초경이 없는 경우

C. 다모증을 보이면서 14세까지 초경이 없는 경우

D. 과도한 운동이나 식습관에 문제가 있으면서 14세까지 초경이 없는 경우

E. 15세까지 초경이 없는 경우

F. 규칙적으로 매달 생리가 있던 여아에서 생리가 불규칙해진 경우

G. 생리주기가 21일보다 짧거나 45일보다 긴 경우

H. 생리주기가 90일 이상인 경우

I. 7일 이상 생리가 지속되는 경우

J. 생리량이 많아서 1-2시간마다 패드 또는 탐폰을 바꿔야하는 경우

요약하자면 초경 후 2년 이내에는 양이나 기간, 주기 등이 불규칙할 수 있다. 하지만 사춘기 시기의 불규칙한 출혈의 약 20% 에서는 다른 원인 질환이 있을 수 있기 때문에 추가적인 검사가 필요하다. 초경 2년이 지나서도 21일 미만, 혹은 42일 이상의 주기를 보이거나 월경이 7일 이상 지속된다면 비정상이다. 특히 90일 이상의 무월경을 보일 경우에는 반드시 다른 원인에 대하여 검사를 해보아야 하며 이런 경우 그대로 안심하기보다는 원인을 찾아보는 것이 합당하다..