

Puede ser menopausia

Lista de síntomas de la perimenopausia y la menopausia

Los síntomas de la perimenopausia y la menopausia son diferentes en cada persona. Marque las casillas para mostrar qué síntomas le están molestando. Lleve la lista a su próxima cita médica.

Síntoma	Nada	Un poco	Bastante	En extremo
Sofocos (sensación de golpes de calor)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sudores nocturnos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Problemas para dormir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dolores musculares y articulares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Latidos rápidos o fuertes del corazón	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Niebla mental (dificultad para concentrarse)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Olvido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Menor deseo sexual	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sequedad vaginal (causando sexo doloroso)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ansiedad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Picazón en la piel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cansancio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Problemas de orina (urinarios)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Períodos irregulares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cambios de humor (sentirse infeliz o irritable)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Algún otro problema que la moleste? P. ej., cambios de peso				
*basado en la Escala climática de Greene				

¿Qué es la perimenopausia?

La perimenopausia es el período previo a la menopausia, cuando los períodos se vuelven irregulares y los niveles hormonales fluctúan.

¿Qué es la menopausia?

La menopausia es su último período menstrual. La mayoría de las mujeres en Australia llegan a la menopausia entre los 45 y los 55 años.

Si los síntomas están afectando su calidad de vida, hable con su médico.

Para obtener más información, consulte el kit de herramientas para la menopausia en nsw.gov.au/menopause

Esta lista fue desarrollada en asociación con Jean Hailes for Women's Health

