

1

Mes règles arrivent pendant un cours à l'école et j'ai taché mon pantalon.

2

J'ai taché tous mes draps pendant la nuit et j'ai mal dormi.

3

Je suis obligée de me changer 5 fois dans la journée car mes serviettes ou culottes de règles étaient pleines.

4

Je me demande quel type de protections hygiéniques choisir.

5

Cela fait plus de 10 jours que j'ai mes règles.

6

J'ai très mal au ventre pendant mes règles et ça m'est très difficile de me rendre à l'école.

7

Je constate que j'ai des caillots de sang sur ma protection hygiénique.

8

Les 2 premiers jours, je suis obligée de me changer 5 fois dans la journée car mes serviettes ou culottes menstruelles sont pleines.  
J'ai eu également un petit étourdissement en me levant de ma chaise rapidement.

9

Depuis que j'ai mes règles, je n'arrive pas à courir et je suis essoufflée.

10

On m'a conseillé une consultation  
chez un.e gynécologue et je me  
demande pourquoi y aller.