

## Grille d'évaluation des menstruations

Date du début des menstruations \_\_\_\_\_

Jour	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
<b>Serviettes</b>												
Légèrement imbibées 												
Modérément imbibées 												
Très imbibées 												
Caillots (petits ou gros)												
<b>Tampons</b>												
Légèrement imbibés 												
Modérément imbibés 												
Très imbibés 												
Caillots (petits ou gros)												
<b>Score</b>												

Score total : \_\_\_\_\_

### Instructions

Faites un décompte du nombre de serviettes ou de tampons que vous utilisez chaque jour de votre cycle menstruel et leur degré de saturation. Veuillez également prendre en compte les caillots ou le débordement. Les caillots de > 1 cm de taille sont considérés comme importants.

### Pointage

*Serviettes (score par serviette)*

Légèrement imbibées : 1 point

Modérément imbibées : 5 points

Très imbibées : 20 points

*Tampons (score par tampon)*

Légèrement imbibés : 1 point

Modérément imbibés : 5 points

Très imbibés : 10 points

*Caillots*

Petits : 1 point

Gros : 5 points

### INTERPRÉTATION

**Un pointage de  $\geq 100$  points indique une possible ménorragie.**

**Veillez communiquer avec votre médecin ou le centre de traitement des troubles de la coagulation le plus près de chez vous si vous avez des inquiétudes concernant vos saignements menstruels.**

**([www.hemophilia.ca/fr/centres-de-traitement//treatment-centres](http://www.hemophilia.ca/fr/centres-de-traitement//treatment-centres))**