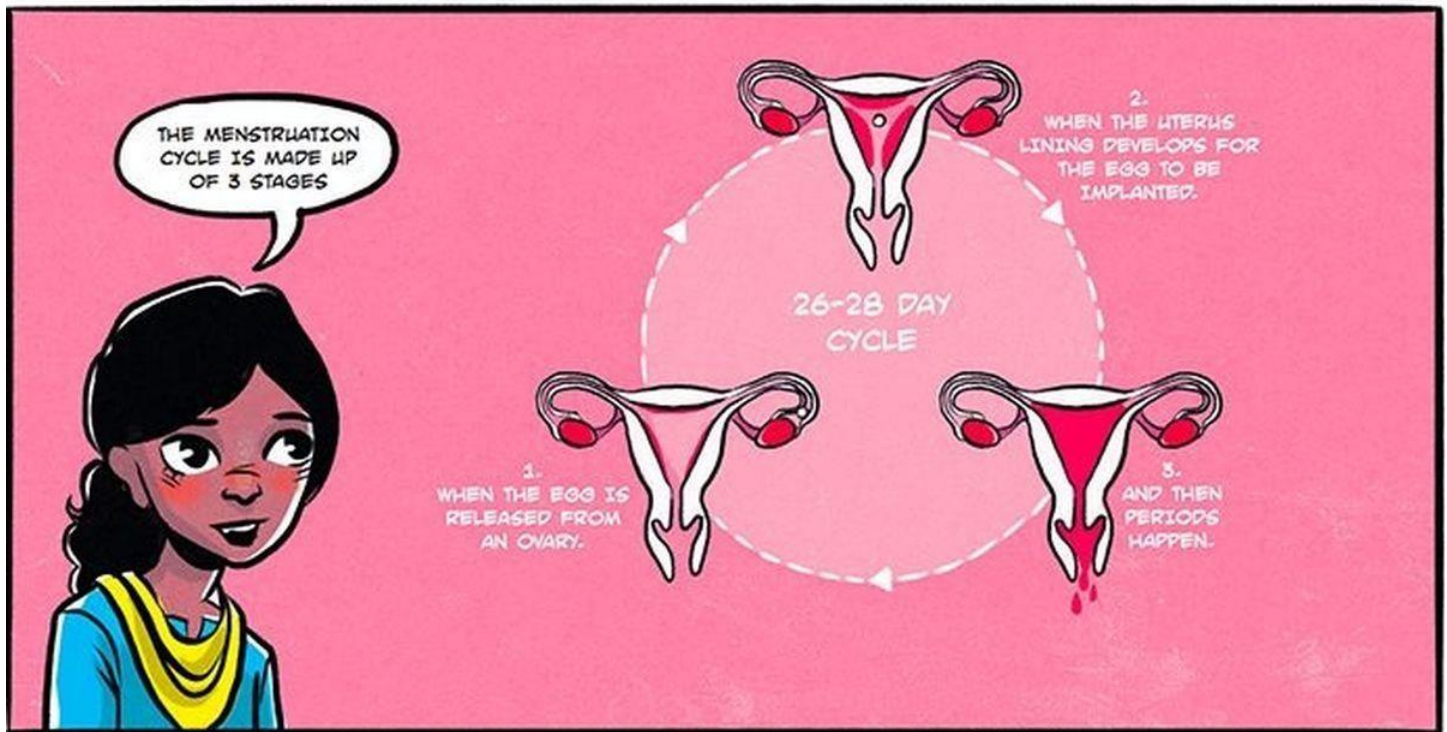


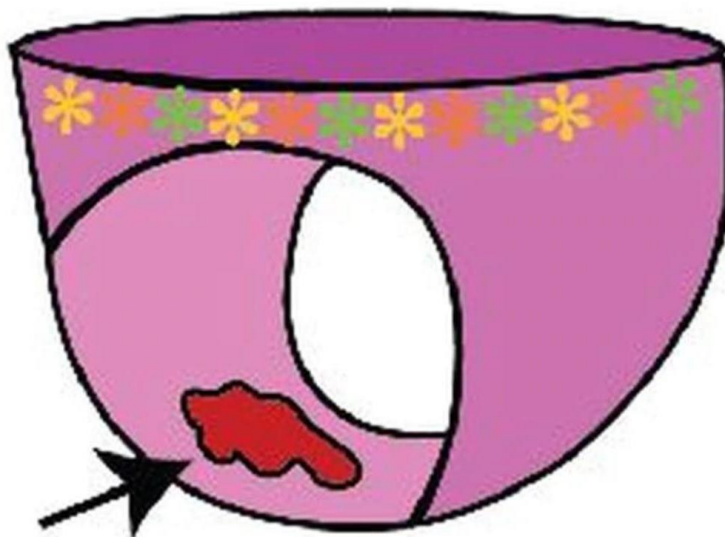
# 생리에 관한 것





성장함에 따라 몸이 변하고 생리가  
시작합니다.





생리가 시작되면 질에서 피가 나오고  
속옷이 더러워 질 수 있습니다.





속옷이 더러워지지 않도록 패드, 탐폰  
또는 특수 속옷을 사용해야합니다.





생리를 시작하기 며칠 전에는 불편 할  
수 있습니다. 슬프거나 화가 나거나  
약간 피곤할 수도 있습니다.







배, 가슴, 허리가 아플 수 있습니다.  
이것도 정상입니다. 뜨거운 물 주머니로  
배를 따뜻하게 하면 통증을 덜어 줄 수  
있습니다.





불편 함을 완화하기 위해 Aleve, Aspirin  
또는 Tylenol과 같은 일반 의약품을  
요청할 수 있습니다. 적절한 양의 약을  
복용해야 합니다. 약을 너무 많이 먹으면  
아플 수 있습니다.





생리는 4-7 일 지속될 것입니다. 더 짧을 수도 있습니다.







생리하는 것은 성장의 일부입니다.  
질문이 있으면 나를 아끼는 성인에게  
물어 보세요.





나는 생리에 대해 잘 배웠습니다!



801 Albany Street, Floor 1E,  
Boston MA 02119



[autismprogram@bmc.org](mailto:autismprogram@bmc.org)



617.414.3842