



女宇航员在太空中来了「大姨妈」该怎么办？

图片：《星际穿越》



太空精酿，【啤博士】成员/航天汪一只

一切正常，地球上怎么样，太空里也怎么样，仅仅上厕所会略有不便

美国和苏联最早选拔宇航员的时候都没有选择女性，虽然主因是男性身体更加强壮，但有一个小原因也是女性会有周期性月经现象。

太空的失重状态会使人血压升高，基本上每个宇航员进入太空之后都会不由自主地“肥上一圈”。因此在太空中止血难度是要大于地面的，刚开始的时候航天医学普遍认为女性月经也会受此影响失血过多，而由于失重血液是否会倒流或者无法顺利排出导致炎症之类的，因此女宇航员在选拔时没有优势。

但后来美苏在对首批女宇航员培训过程中发现月经并没有影响，因为月经只不过是子宫内膜定期脱落粘膜和因此带来的少量流血，而排出的过程也是受相关肌肉和粘膜蠕动影响，跟血液循环系统不相关，和失重基本没有关联。

因此既不会额外出血，也不会无法顺利排出，甚至周期和量都不会受到太空环境影响。



自从 1963 年苏联宇航员 Valentina Tereshkova 成为第一个进入太空的女性到今天，人类共计有 60 位女性进入过太空，我国也有两位美女航天员位列其中，刘洋和王亚平。

月经对她们来讲并不是个大问题，一些长期的项目，例如国际空间站，也有专门用来处理含血液类垃圾的部件。

但也有不方便的地方，月经期间女宇航员是不能使用厕所的，因为厕所的尿液需要被回收成水分重新使用，而国际空间站的厕所并没有功能处理含有血液的尿液。。。所以这些女宇航员需要用姨妈巾 / 尿不湿之类的单独处理，上厕所的确挺麻烦就是了.....

因此，在不同任务中，女性宇航员 / 航天员处理的方式也不同，

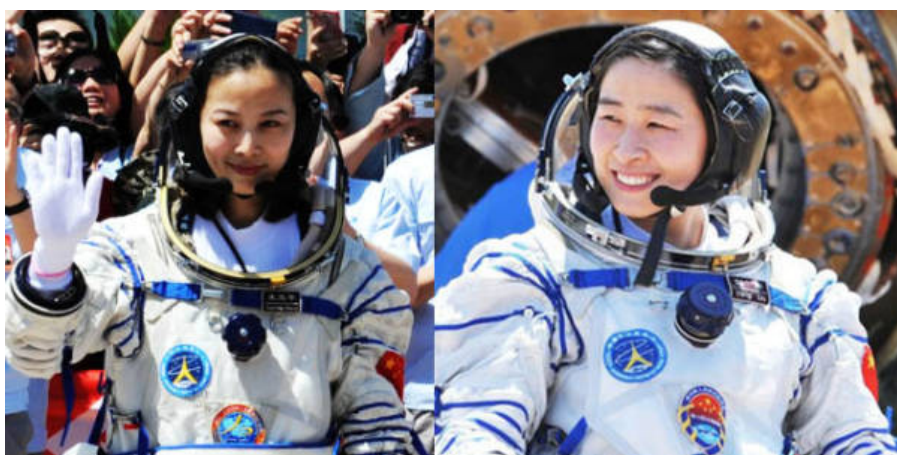
- 短期项目，比如一周甚至一两个月，口服避孕药等药物调整周期，避开任务区间或者推迟（暂时不来）
- 长期项目，原来有计划长期口服避孕药甚至采取可恢复的节育措施的。但现在也无所谓，基本上爱怎么样就怎么样，按照正常周期来，正常处理，唯一不足就是上厕所麻烦。



Peggy Whitson, 世界上最成功的女宇航员，基本上女性的太空记录都是她创造的，包括最长的太空任务时间（666 天）、最长的单次任务（290 天）、最多的太空行走（10 次）、最年长的女宇航员（9 月 3 日刚从国际空间站下来，57 岁）、唯一的国际空间站女性站长等等，在太空中估计也是月经次数最多的宇航员了.....

所以这些可爱的女宇航员们还是稍微辛苦点，不容易啊，向她们致敬。

也祝愿美女们越来越漂亮，来两位中国美女镇楼吧，哈哈哈



[查看知乎原文（10 条讨论）](#)

客官，这篇文章有意思吗？

好玩！[下载 App 接着看 \(๑•H•๑\) ✧](#)

[再逛逛吧`_>`](#)

一项源于日本的超小众运动，在中国落地生根



[下载「知乎日报」客户端查看更多](#)