



原來小紅帽的月經突然到來，只好學習古代女性使用「乾燥後」的樹葉吸收經血。

雅婷還想說：

咦？小紅帽月經要來的時候自己不知道嗎？

不一定唷！除了部分月經前就會感到不適的女生有內建鬧鐘提醒外，不少女生其實需要自己記錄週期。

多數月經就跟你我的月薪很像，一個月來一次，一個禮拜就沒了！週期是從月經的第一滴血開始，到下次月經到來之間的天數，約在 21-35 天左右，或是符合自己的週期規律都是 OK 的唷！



借住^レ在^テ冰^ノ雪^ノ王^ノ國^ノ的^レ那^ノ幾^ノ天^ノ，王^ノ子^レ察^レ覺^レ女^ノ王^ノ似^レ乎^レ不^レ太^レ舒^レ服^レ，常^レ喊^レ腰^ノ痠^レ背^ノ痛^レ，體^ノ溫^ノ略^レ微^レ變^レ高^レ也^レ導^レ致^レ她^ノ的^レ冰^ノ雪^ノ魔^ノ法^レ變^レ出^レ好^レ多^レ奇^ノ奇^ノ怪^ノ怪^ノ的^レ東^ノ西^ノ。

雅婷還想說：

每月幾天拉肚子、下腹絞痛、腰痠背痛、頭痛、嗜睡……月經期間不舒服的感覺因人而異，每個人症狀也都不太相同，但大致上月經找碴就是這種感覺，而且拜訪次數比水逆還要頻繁，真的很難不令人生氣呢！

如果月經時的不適症狀相當嚴重，建議去檢查確認一下身體是否有狀況。

另外，大家身邊若剛好有這種常受月經折磨的女生，也請多一點體諒唷！

每次月經前期都
好不舒服喔！



A colorful illustration of a young girl with blonde hair and large green eyes, smiling broadly. She is holding a shopping basket filled with various boxes of sanitary products, including pads and tampons. The boxes are in various colors like blue, green, pink, and purple, and feature icons of the products and anatomical diagrams. A speech bubble from the girl contains the text. The background is a light blue grid pattern.

經期期間還是要當
超人，好辛苦喎！



這天，王子在美國
超市購物時巧遇女
超人。

她飛行經過超市，
恰好發現一戰後的
新發明：拋棄式衛生
棉，經常需要在
經期間拯救地球的
她，馬上買了好多
好多衛生棉。

雅婷還想說：

什麼？衛生棉最初居然是給男性使用的？！

原來衛生棉最早起源於一戰時期的纖維棉發明，當時主要是給戰爭中受傷的士兵使用，直到戰後纖維棉的需求下降，聰明的美國商人便拿來二次創作，經過改良後，製造出了第一片拋棄式的衛生棉，從此以後女超人就可以放心地在經期時拯救地球囉！



難怪大家沒發現
她代父從軍！

唉呀！怎
又是啃饅

路上，王子認識了新朋友：花木蘭！她跟著軍隊打仗多年，常常吃不飽、睡不好，又日夜顛倒，月經好久沒來了！



雅婷還想說：

花木蘭明明沒懷孕，可是月經一直沒來拜訪？

女生如果營養不良、體脂過低、壓力大或是生活作息改變等，都可能會影響賀爾蒙，導致跟月經關係交惡，以後都不來找妳！

假如月經長時間都沒來，建議去看醫生檢查一下有沒有其他賀爾蒙、甲狀腺等問題唷！

怎麼今天
沒來頭！？



王子^ノ旅^ノ程^ノ中^ニ順^ル道^ニ拜^ヒ訪^ヒ了^レ
了^カ湖^ノ中^ニ女^ノ神^ヲ。

請問你掉下去的是，
金月亮杯還是銀月亮杯呢？

女^ノ神^ヲ在^ル月^ニ經^ル來^ル的^{トキ}時^ノ候^ニ，因^リ
為^シ使^フ用^ス棉^ノ條^ヲ或^ハ月^ニ亮^カ杯^ヲ，時^ノ
時^ノ注^シ意^シ一^ニ清^ク潔^ニ，所^レ以^テ一^ニ還^ル是^レ可^ク
以^テ一^ニ下^ニ水^ヲ撿^リ斧^ノ頭^ヲ啣^ク！

呢？



雅婷還想說：

如果女生在月經拜訪時，剛好像湖中女神一樣，因工作或興趣而有下水的需求，可以使用衛生棉條、月亮杯或月經碟片。

但請務必要留意使用時間，衛生棉條八小時內要記得更換，月亮杯則可以用大約十二個小時，注意上岸後的清潔，避免造成感染唷！