

EST-CE QUE J'AI DES RÈGLES ABONDANTES ?

Je calcule mon score de Higham :



1 protection hygiénique légèrement remplie est égale à :

➡ **1 POINT**



1 protection hygiénique modérément imbibée est égale à :

➡ **5 POINTS**



1 protection hygiénique très saturée est égale à :

➡ **20 POINTS**



1 petit caillot

➡ **1 POINT**



1 gros caillot

➡ **5 POINTS**

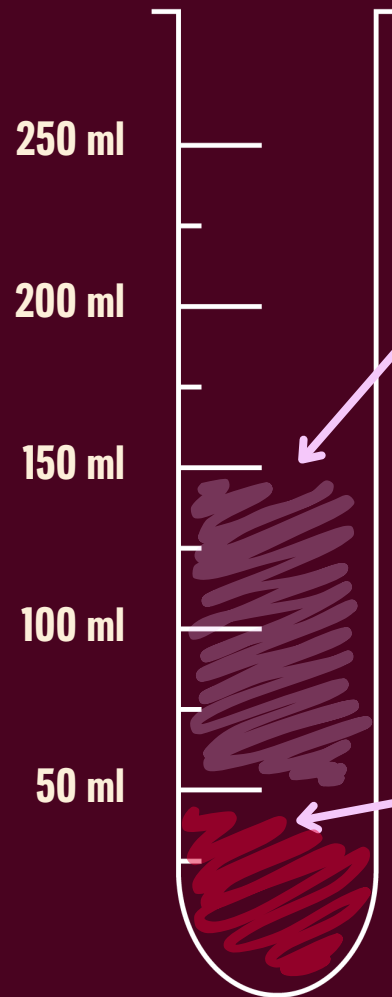


	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8
Nombre de protections hygiéniques légèrement remplies	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Nombre de protections hygiéniques modérément imbibées	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Nombre de protections hygiéniques très saturées	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Nombre de petits caillots (inférieurs à 1 cm)	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Nombre de gros caillots (supérieurs à 1 cm)	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____



TOTAL :

LES RÉSULTATS



Supérieur à 150 points :

règles hémorragiques nécessitant
une prise en charge urgente

Supérieur à 100 points ou 80 ml de sang :

ménorragie

Compris entre 65 et 100 points :

règles plutôt abondantes

Compris entre 50 et 65 points soit 40 à 50 ml environ :

règles dites "normales"

Compris entre 20 et 50 points ou 15 à 40 ml :

flux moyen

Inférieur à 20 points ou 15 ml :

règles légères

