Article 4: Prevalence and Determinants of Primary Dysmenorrhea and Its Influence on Quality of Life among Female Medical University Students in Pakistan

Painful periods, known as dysmenorrhea, are very common in young women and can affect daily life and studies. This study looked at 323 female medical students in Pakistan to find out how common this problem is and how it affects their routine and academic performance. The results showed that almost all students experienced period pain, and many reported that it made it difficult to concentrate, attend classes, and perform daily activities. The severity of pain was linked to a greater negative impact on studies and quality of life. Students used different ways to manage the pain, such as resting, using hot compresses, taking medication, and home remedies. Overall, the study shows that period pain is very common among medical students and can significantly affect their education and daily functioning, highlighting the need for better awareness and management.

خلاصہ اردو

خلاصہ اردو تکلیف دہ ایام (Dysmenorrhea) نوجوان خواتین میں ایک عام مسئلہ ہے جو روزمرہ کی زندگی اور پڑھائی کو متاثر کر سکتا ہے۔ اس تحقیق میں پاکستان میں میڈیکل کی 323 طالبات کا جائزہ لیا گیا تاکہ اس مسئلے کے پھیلاؤ اور تعلیمی کارکردگی پر اس کے اثرات کا تعین کیا جا سکے۔ نتائج سے معلوم ہوا کہ تقریباً تمام طالبات ان ایام کے دوران درد کا تجربہ کرتی ہیں، جس کی وجہ سے انہیں پڑھائی پر توجہ دینے، کلاسوں میں شرکت کرنے اور روزمرہ کے کاموں کی انجام دہی میں دشواری کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ درد کی شدت کا براہِ راست تعلق پڑھائی اور معیارِ زندگی پر پڑنے والے منفی اثرات سے دیکھا گیا۔ طالبات نے اس درد پر قابو پانے کے لیے مختلف طریقے اپنائے، جن میں آرام کرنا، گرم پانی کا سینک کرنا، ادویات کا استعمال اور گھریلو ٹوٹکے شامل ہیں۔ مجموعی طور پر یہ تحقیق ظاہر کرتی ہے کہ میڈیکل کی طالبات میں یہ مسئلہ انتہائی عام ہے جو ان کی تعلیم اور روزمرہ کی کارکردگی کو نمایاں طور پر متاثر کرتا ہے، لہٰذا اس حوالے سے بہتر آگاہی اور علاج کی ضرورت ہے۔