Permanece en tu menstruación el tiempo que solía durarte y, luego, toma el baño de purificación ritual ('ghusl')

'Aisha, la madre de los creyentes —que Al-lah esté complacido con ella—, narró: «Um Habiba bint Yahsh, que estaba casada con 'Abdur-Rahman bin 'Awf, se quejó al Mensajero de Al-lah —la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él— sobre el flujo de sangre. Él le respondió: "Permanece en tu menstruación el tiempo que solía durarte y, luego, toma el baño de purificación ritual ('ghusl')". Y se bañaba antes de cada rezo».
[Verídico (sahih)] [Registrado por Muslim]

Una de las compañeras se quejó al Profeta —la paz y las bendiciones de Al-lah sean con él— sobre su continuo flujo de sangre. Entonces él le dijo que dejara de rezar el tiempo que la menstruación solía durarle antes de este flujo continuo y que luego se bañara para purificarse y rezara. Y ella tomaba un baño ritual voluntario antes de cada rezo.

http://sunnah.global/hadeeth/es/show/10015