

வளரிளம் பருவமடைதல்

துணை தலைப்பு: மாதவிடாய் சுழற்சி, இனப்பெருக்க ஆரோக்கியம்

பிரிவு 1

Q1. கோடிட்ட இடங்களை நிரப்புக :

- 1 _____ உரிதலானது, கருப்பையை கர்ப்பத்திற்குத் தயாராவதைக் குறிக்கிறது.
- 2 அண்டகத்தில் _____ நிகழ்ந்தால் மாதவிடாயானது தற்காலிகமாக நின்றுவிடுகிறது.

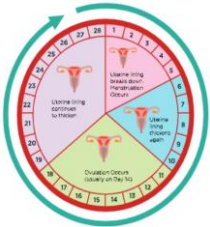
Q2. பின்வருவனவற்றை பொருத்துக :

a நின்று விடுதல்	கருப்பை தடித்து கார்பஸ்லூட்டியம்
b உடல் செயல்பாடு	சிதைவடைதல்
c அண்டம் விடுபடுதலுக்கு முன்	மாதவிடைவு
d மாதவிடாய்	மன அமைதி

Q3. சரியா அல்லது தவறா எனக் கூறுக.

- 1 அண்டகத்தில் கருவுறுதல் நிகழ்ந்தால் மட்டுமே மாதவிடாய் நின்றுவிடுகிறது -
- 2 மாதவிடாய் முடிந்ததும் கருப்பையின் உட்புறப் பகுதி உருவாகத் தொடங்குகிறது -

Q4. செயல்முறையை அடையாளம் கண்டு, அதன் காலத்தில் தூய்மையை உறுதிப்படுத்த 2 வழிகளை பரிந்துரைக்கவும்:



வளரிளம் பருவமடைதல்

துணை தலைப்பு: மாதவிடாய் சுழற்சி, இனப்பெருக்க ஆரோக்கியம்

பிரிவு 2

பின்வரும் கேள்விகளுக்கு 2-3 வாக்கியங்களில் பதிலளிக்கவும் :

Q5. இனப்பெருக்க ஆரோக்கியம் வரையறுக.

Q6. கர்ப்பம் தவிர்த்து மாதவிடாய் நிறுத்தப்படுவதற்கான காரணங்களை குறிப்பிடுக .

Q7. வளரிளம் பருவத்தினரின் நல்வாழ்வுக்கு தூக்கம் எவ்வாறு உதவுகிறது?

Q8. தூய்மை பராமரிக்கப்படாவிட்டால் என்ன ஆகும்?

வளரிளம் பருவமடைதல்

துணை தலைப்பு: மாதவிடாய் சுழற்சி, இனப்பெருக்க ஆரோக்கியம்

பிரிவு 3

பின்வரும் கேள்விகளுக்கு 6-7 வாக்கியங்களில் பதிலளிக்கவும்:

Q9. மாதவிடாய் நிகழ்வை விரிவாக விளக்குக.

Q10. தங்களின் உடல் தூய்மையை உறுதிப்படுத்த ஒருவர் எடுக்க வேண்டிய நடவடிக்கைகள் குறித்து விவாதிக்கவும்.
