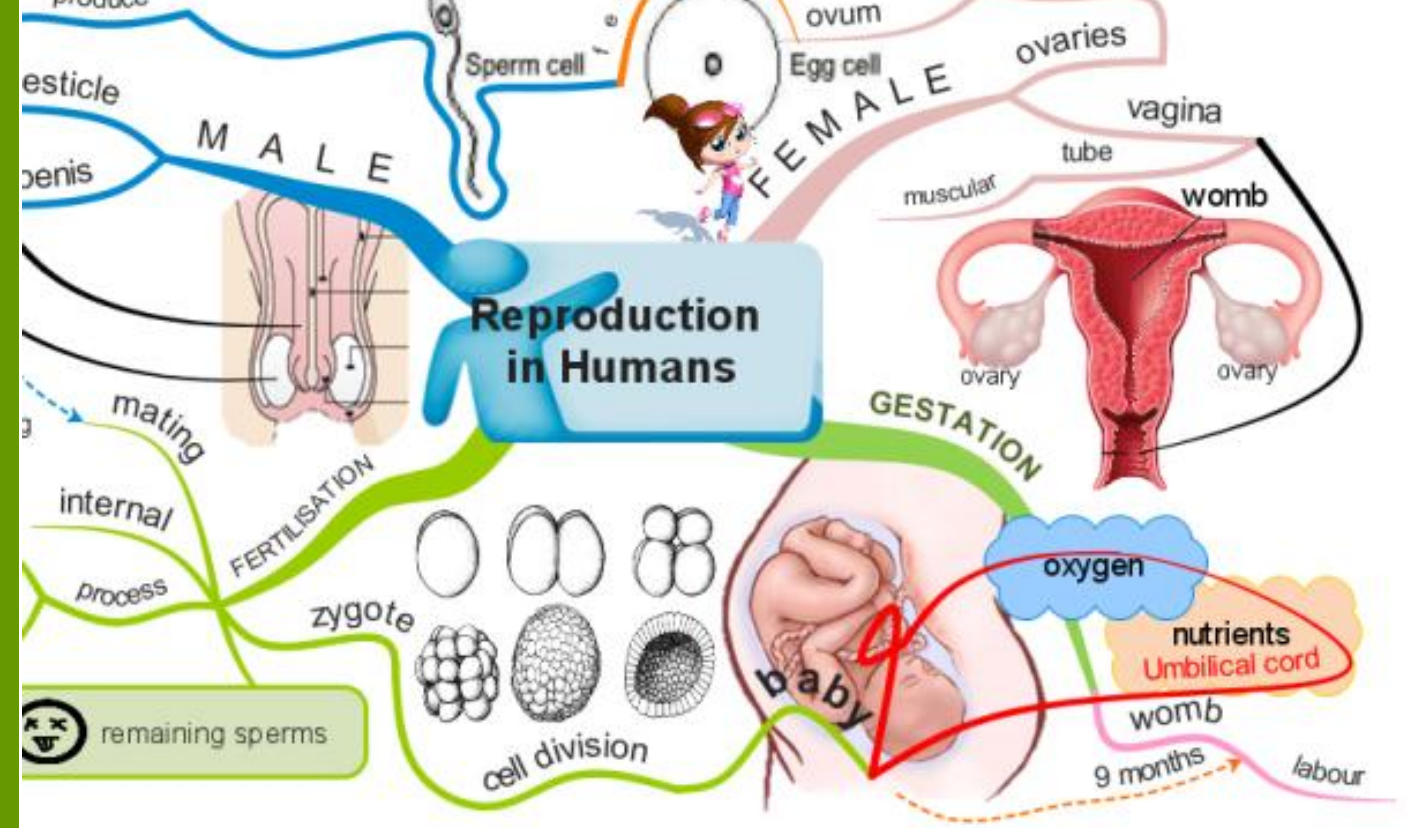


8 ශ්‍රේණිය

සෞඛ්‍යය හා ශාරීරික අධ්‍යාපනය

ඒකකය 11 ප්‍රජනක සෞඛ්‍යය රැක ගනිමු



ප්‍රජනක පද්ධතියේ අභිරුචිය

ආර්.ඒ.සී. දිල්හානි
බ/ බදුල්ල මධ්‍ය මහා විද්‍යාලය, බදුල්ල.

ප්‍රජනක සෞඛ්‍යය රැක ගනිමු

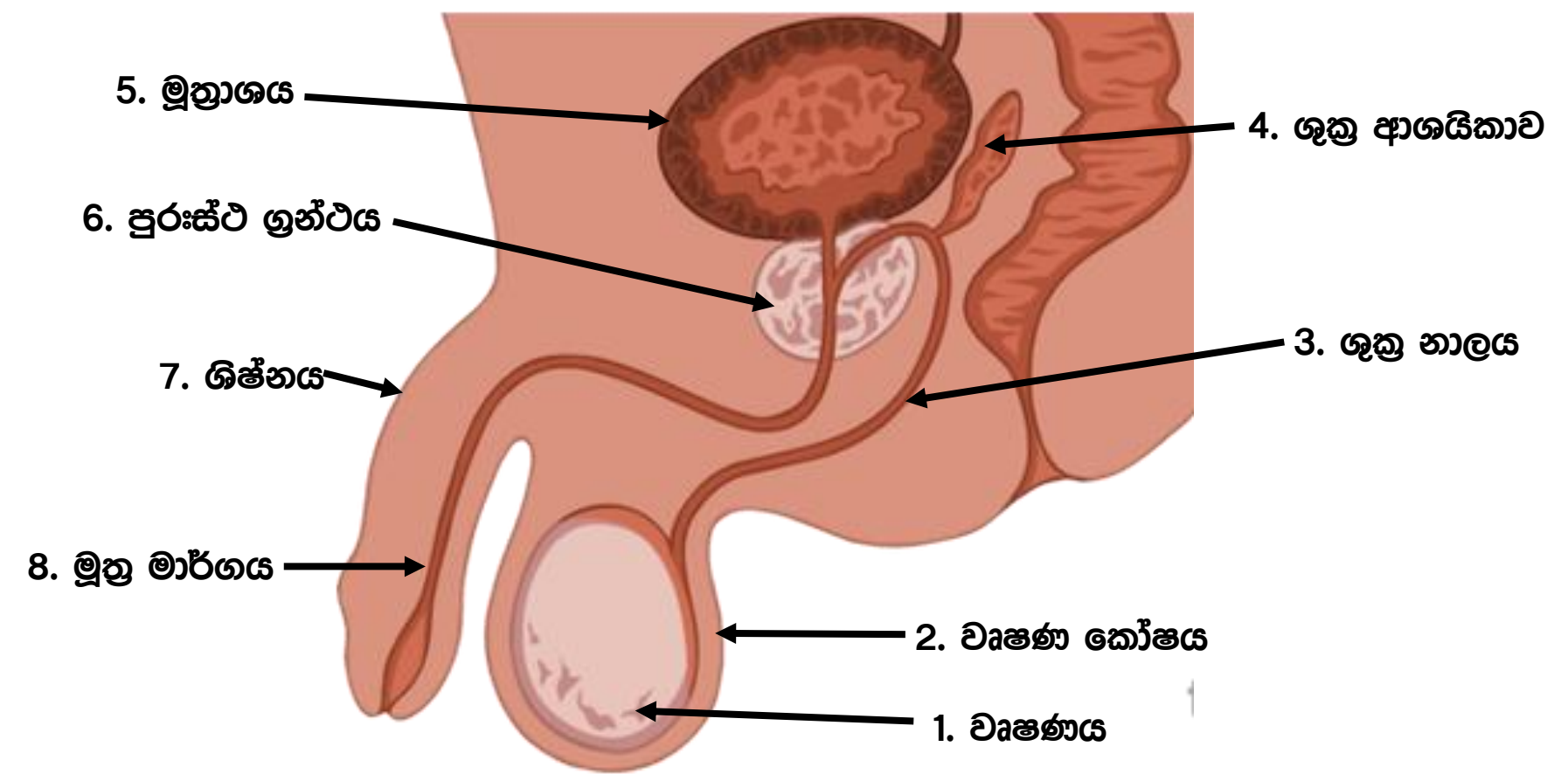
ප්‍රජනක පද්ධතිය

තම වර්ගයා බෝ කර ගනිමින් යම් ජීවී කොට්ඨාසයක පැවැත්ම තහවුරු කර ගැනීම සඳහා සැකසී ඇති පද්ධතිය ප්‍රජනක පද්ධතිය යි.



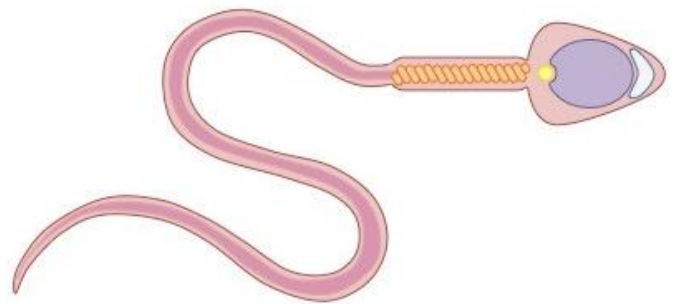
පුරුෂ ප්‍රජනක පද්ධතිය

පුරුෂ ප්‍රජනක පද්ධතියට අයත් අවයවයන් හා ක්‍රියාකාරීත්වය



පුරුෂ ප්‍රජනක පද්ධතියේ අසිරිය

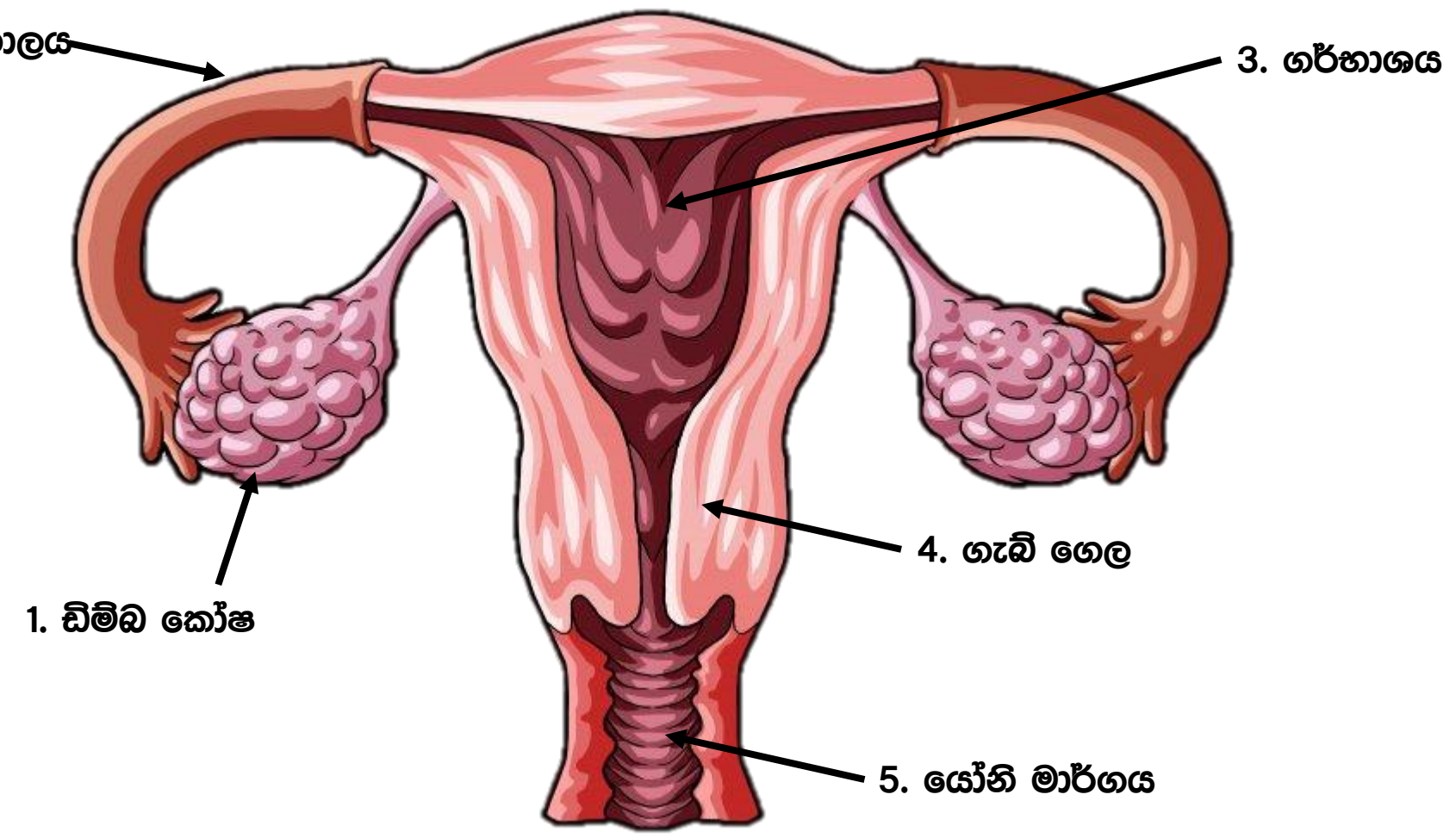
- සාමාන්‍යයෙන් වයස අවු . 10 - 14 දී ශුක්‍රාණු නිෂ්පාදන ක්‍රියාවලිය ආරම්භ වේ .
- වෘෂණ මඟින් ටෙස්ටොස්ටෙරෝන් හෝර්මෝනය නිපදවීම සිදු වේ.
- ජීවිත කාලය පුරාම ශුක්‍රාණු නිෂ්පාදනය සිදු වීම.
- පියාගේ ලක්ෂණ ශුක්‍රාණුවල අන්තර්ගත වීම.
- ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ යෝනි මාර්ගය, ගර්භාෂය හරහා පැලෝසීය නාල තුළට පිහිනා යාමට ශුක්‍රාණුවලට හැකියාවක් තිබීම .



ශුක්‍රාණුව

ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතිය

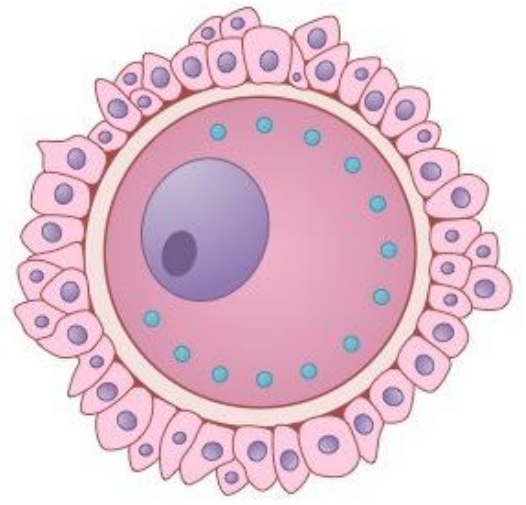
ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියට අයත් අවයවයන් හා ක්‍රියාකාරීත්වය



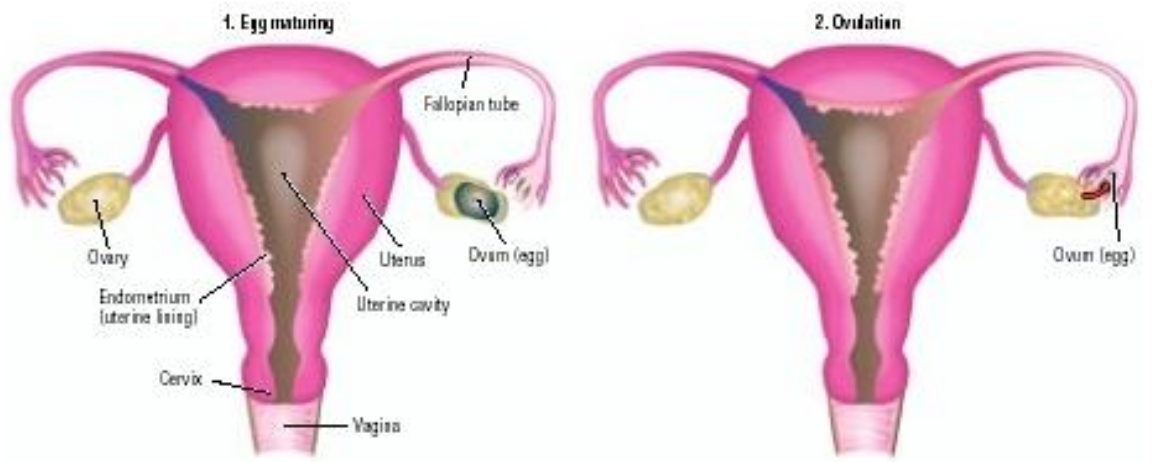
ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ අභිරිය

ඩිම්බ මෝචනය

- ඩිම්බ කෝෂයකින් ඩිම්බයක් මේරීමට ලක් වූ පසු පැලෝසීය නාලය තුළට මුදාහරියි. එය ඩිම්බ මෝචනය ලෙස හඳුන්වයි.
- දින 28කට වරක් ඩිම්බ කෝෂවලින් මාරුවෙන් මාරුවට ඩිම්බ මෝචනය සිදුවේ.
- මාසික ඔසප් වීම සිදු වීමට දින 14කට පෙර ඩිම්බ කෝෂයෙන් ඩිම්බ මෝචනය සිදුවන අතර එය නමාට නොදැනෙන ක්‍රියාවලියකි.

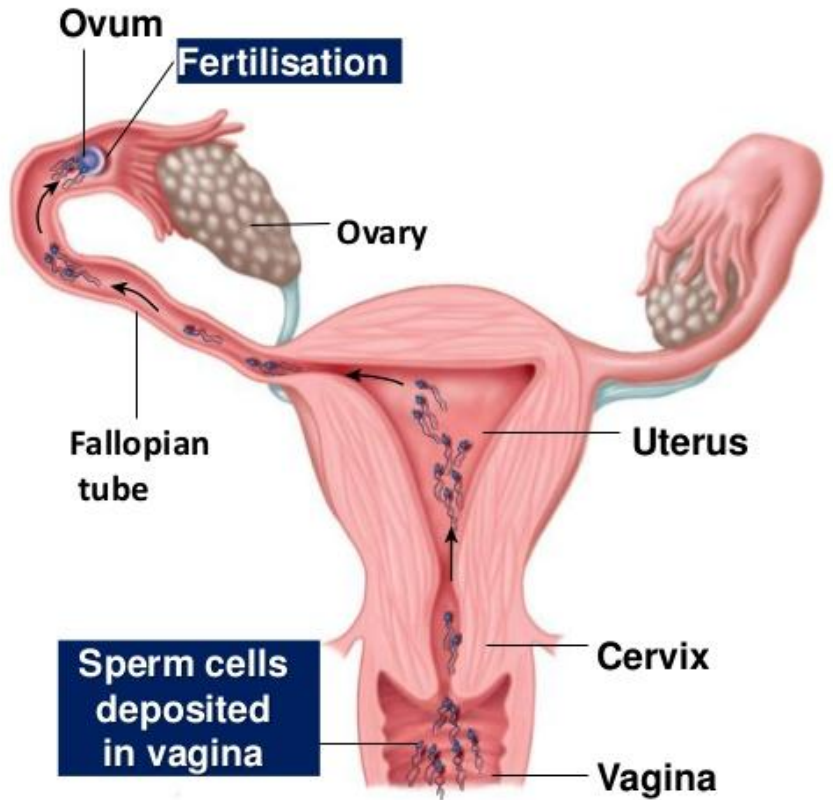


ඩිම්බය



ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ අභිරිය

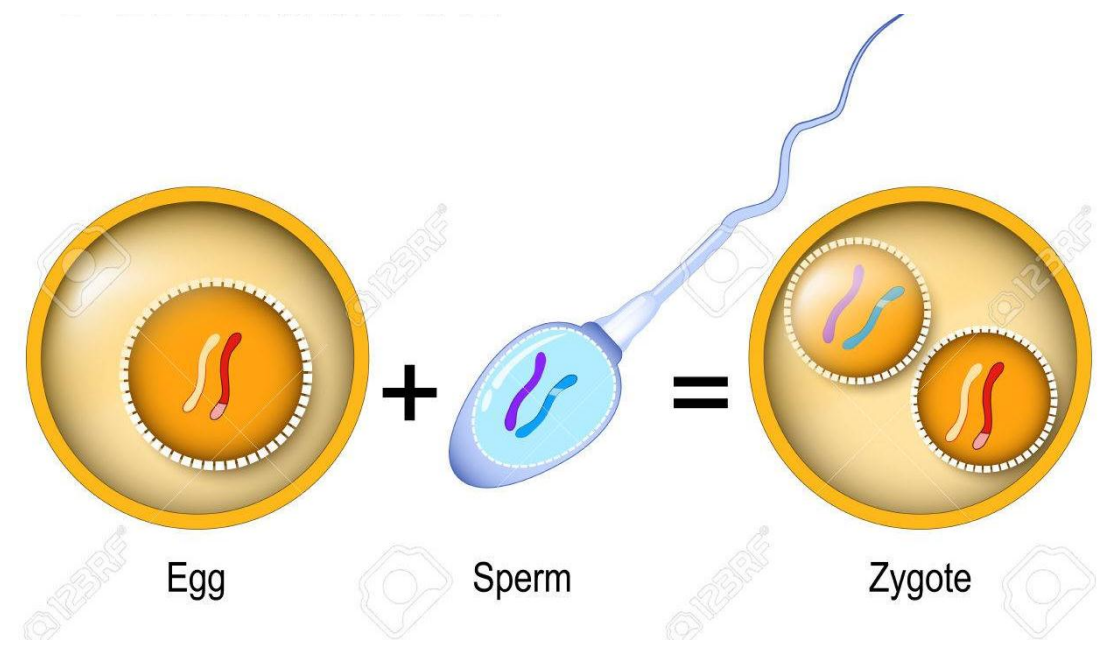
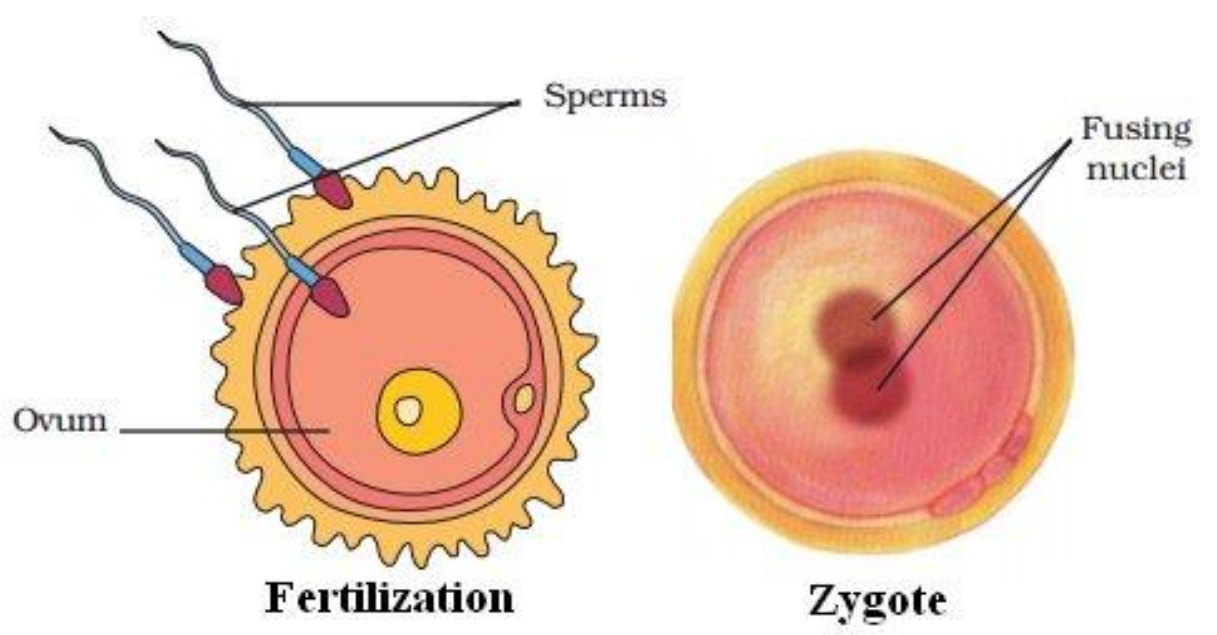
- යෝනි මාර්ගය ඔස්සේ පැමිණෙන ශුක්‍රාණු සෛල ගර්භාෂය හරහා පැලෝසීය නාලය වෙත පිහිනා ගමන් කරයි. එය සිදුවනේ ලිංගික සංසර්ගය තුළිනි.



ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ අසිරිය

සංසේචනය

පැලෝසිය නාලය තුළ දී ශුක්‍රාණුවක් ඩිම්බයක් සමඟ එක් වීම සංසේචනය ලෙස හැඳින්වේ.



ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ අසීරිය ආර්තවය

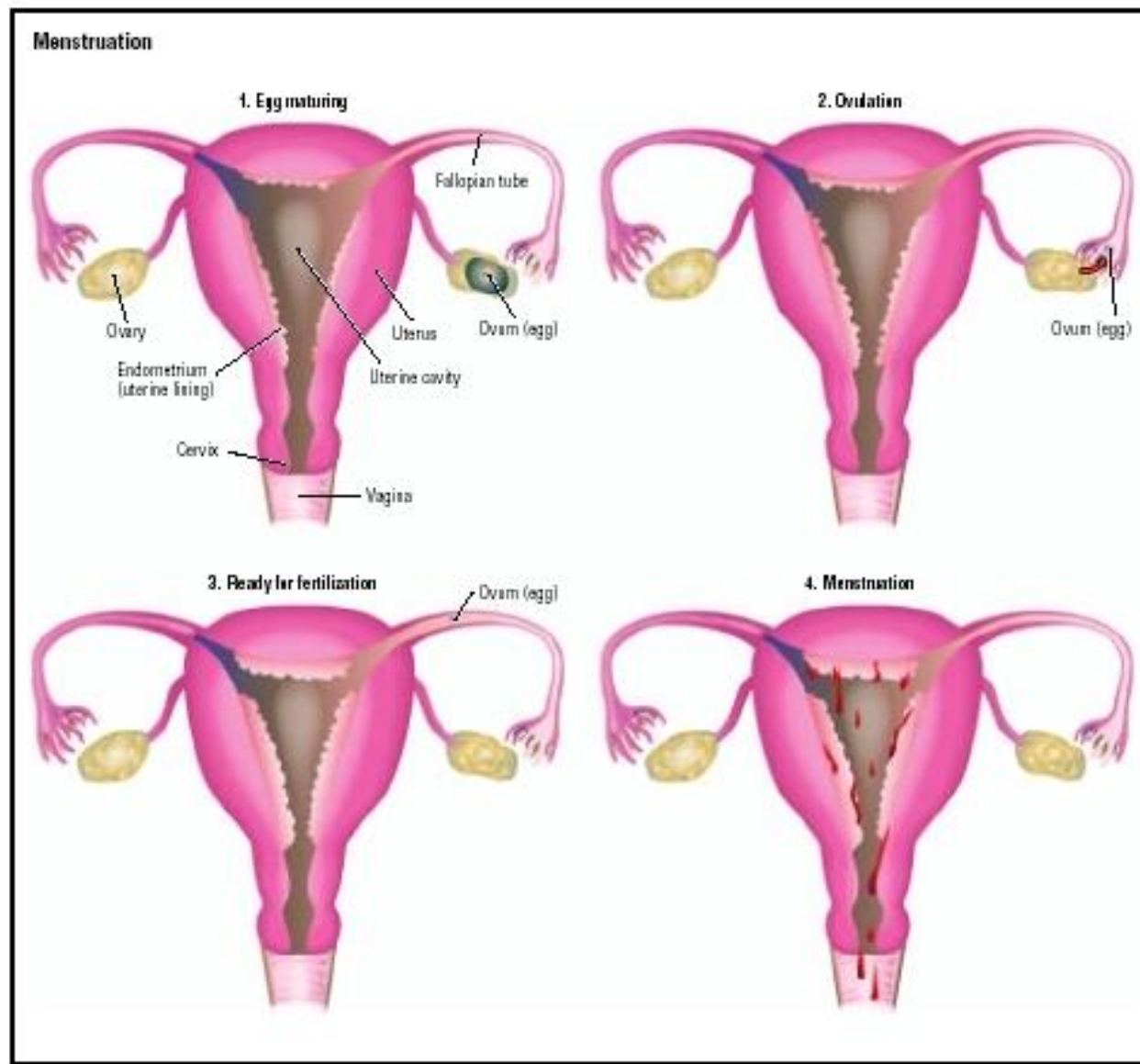
- ගැහැණු දරුවකු පළමුවරට ඔසප් වීම 'මල්වර වීම' ලෙස හඳුන්වයි.
- ඩිම්බය සංසේචනය නොවුව හොත් එහි ආස්තරයේ පටක කොටස් කැඩී බිඳී රුධිරයත් සමඟ ඉවත් ව යාම ආර්තවය හෙවත් ඔසප් වීම නම් වේ.
- මෙසේ දින 28 කට වරක් ඔසප් වීම ආර්තව චක්‍රය ලෙස හැඳින්වේ.
- රුධිර වහනය සාමාන්‍යයෙන් දින 2-6 දක්වා කාලයක් පැවතිය හැකි ය.



ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ අභිරිය

ආර්තව චක්‍රය

- ගැහැනු දරුවකු වැඩිවියට පත් වීමත් සමඟ ම ආර්තව චක්‍රය ආරම්භ වේ.
- වැඩිවියට පත් වීමෙන් පසු සාමාන්‍යයෙන් දින 28කට වරක් සිම්බ කෝෂවලින් මාරුවෙන් මාරුවට සිම්බය බැගින් පිට වේ.
- චක්‍රයක් ආකාරයට සිදු වන මෙම ක්‍රියාවලිය ආර්තව චක්‍රය ලෙස හඳුන්වන ලබයි.



ස්ත්‍රී ප්‍රජනක පද්ධතියේ අභිරිය

ආර්තවහරණය

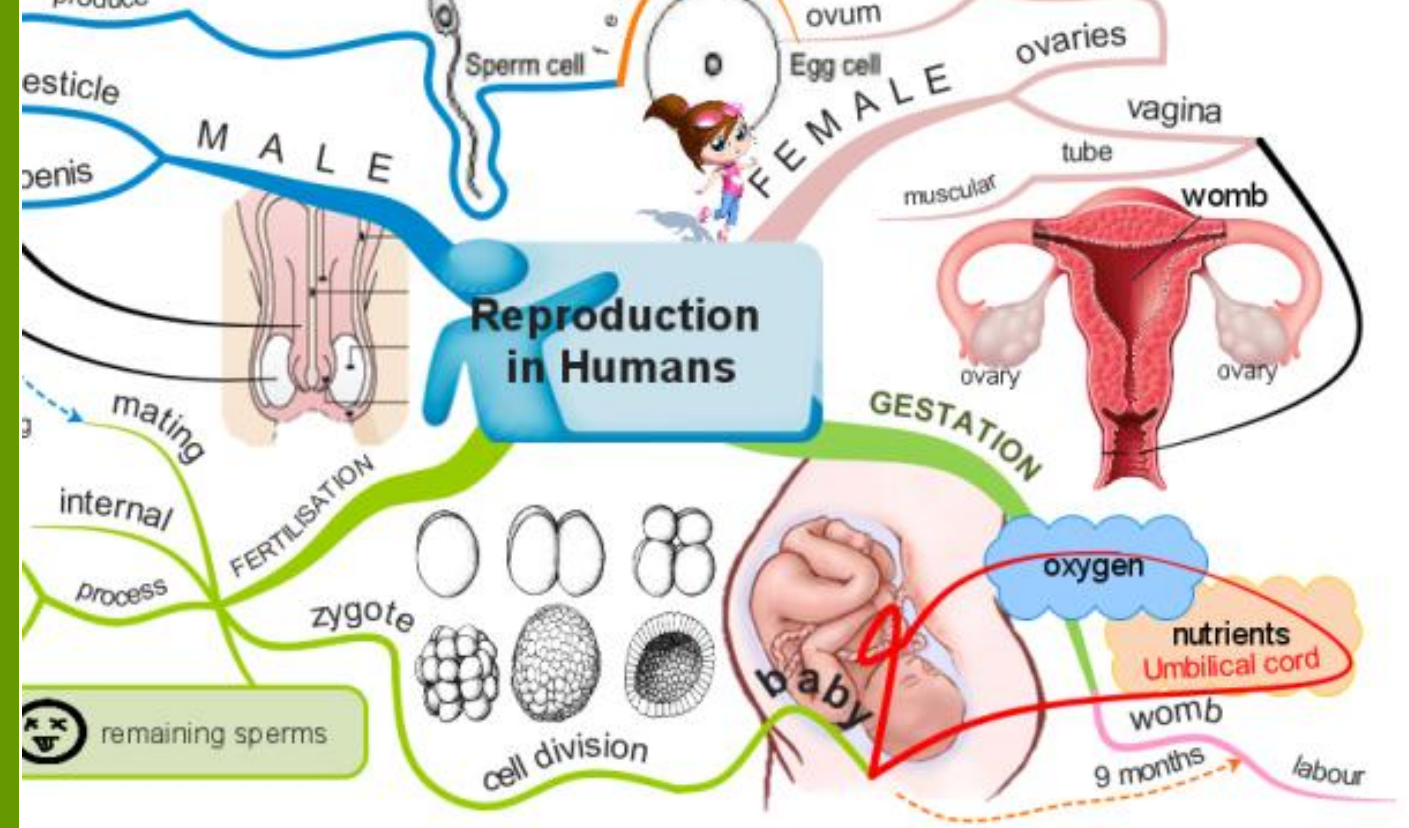
- ඔසප්වීම වයස අවුරුදු 45 සිට 55 දක්වා කාලයේ දී නැවතීම ආර්තවහරණයයි.



8 ශ්‍රේණිය

සෞඛ්‍යය හා
ආර්ථික අධ්‍යාපනය

ඒකකය 11
ප්‍රජනක සෞඛ්‍යය
රැක ගනිමු



ප්‍රජනක පද්ධතියේ අභිරුචිය