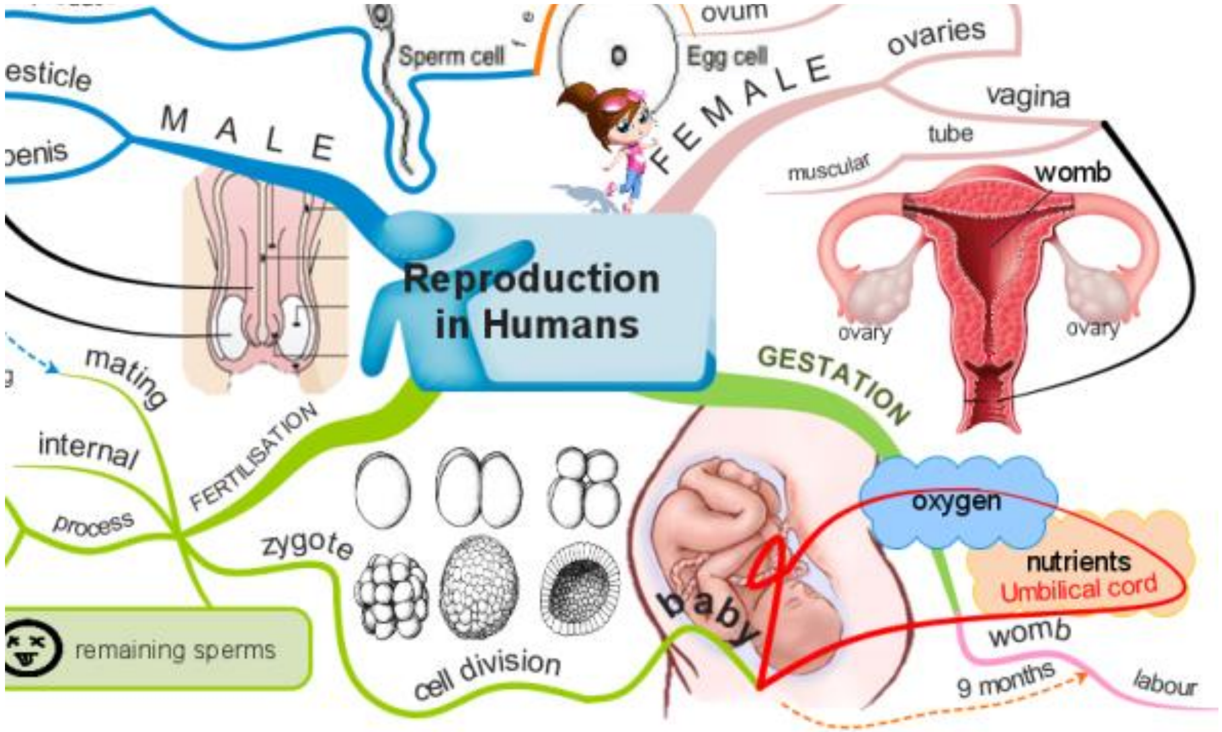
தரம் - 08

சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

அலகு 11

பகுதி - I

இனப்பெருக்கம் சார்ந்த சுகாதாரத்தைப் பேணுவோம்



இனப்பெருக்கத் தொகுதியின் மகோன்னதம்

எஸ்.எம் நாஸர்
பது / பசறை தமிழ் மகா வித்தியாலயம் (தேசிய பாடசாலை)

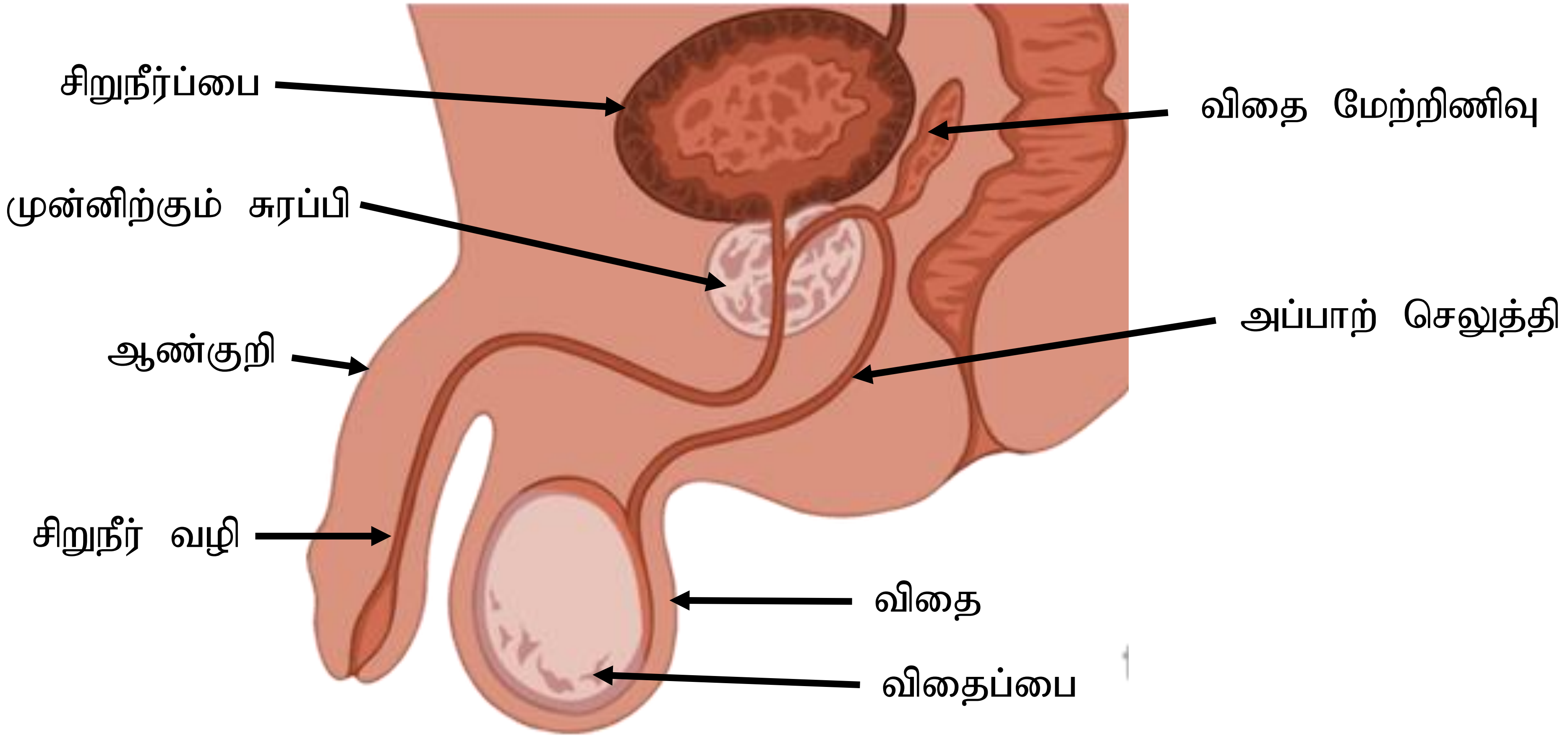
இனப்பெருக்கம் சார்ந்த சுகாதாரத்தைப் பேணுவோம்

இனப்பெருக்கத் தொகுதி

தமது இனத்தைப் பெருக்கியவாறு யாதாயினும் உயிரியற் பிரிவொன்றின் நிலைப்பாட்டினை உறுதி செய்வதற்காக உருவாக்கப்பட்டுள்ள தொகுதி இனப்பெருக்க தொகுதியாகும்.

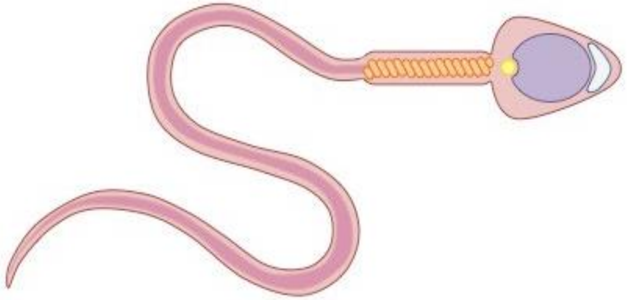
ஆண் இனப்பெருக்கத் தொகுதி

ஆண் இனப்பெருக்கத் தொகுதியின் குறுக்கு வெட்டுமுகத் தோற்றம்



ஆண் இனப்பெருக்கத் தொகுதியின் மகோன்னதம்

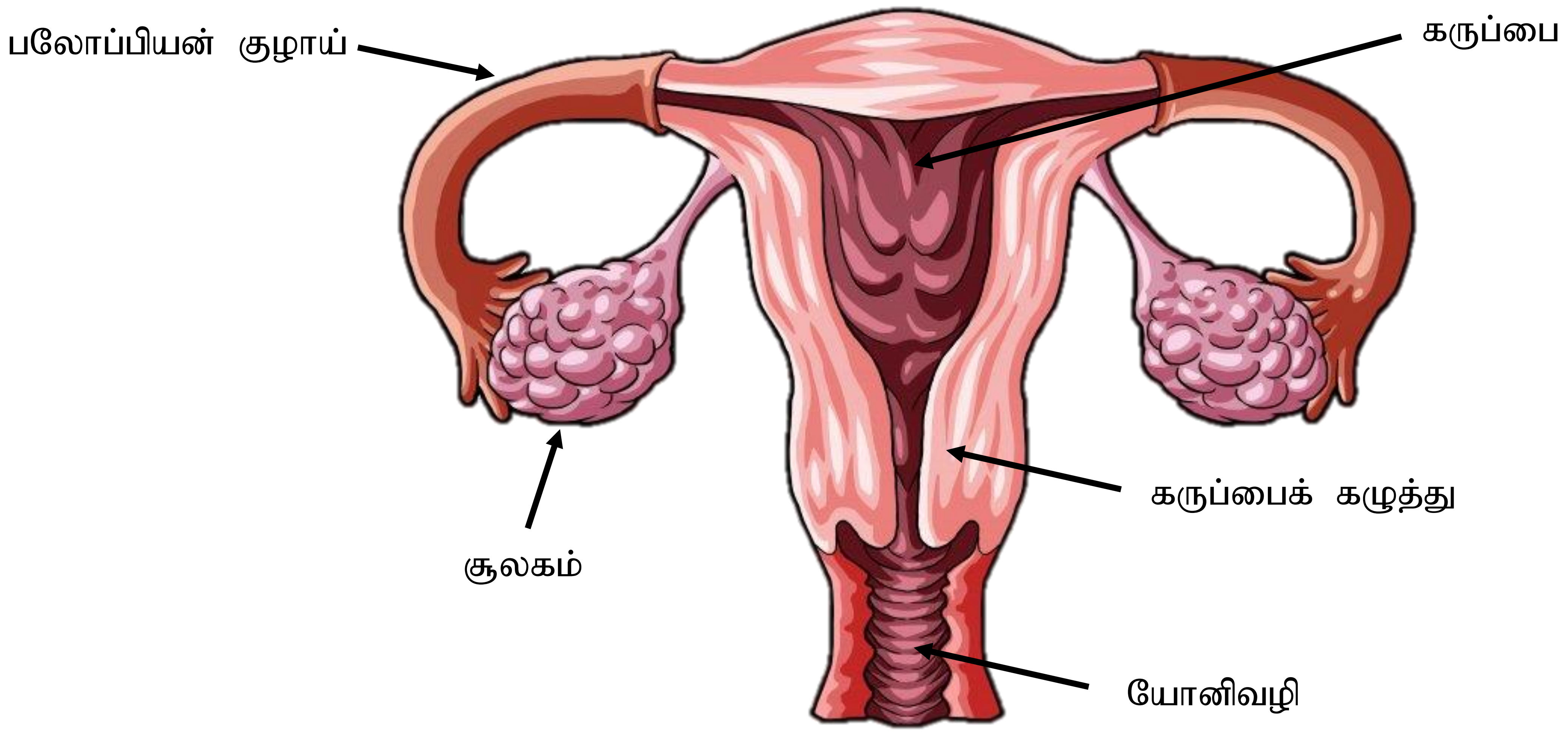
- பொதுவாகப் 10-14 வயதளவில் விந்து உற்பத்தியாகத் தொடங்கும்.
- விதைகளில் டெஸ்டஸ்டரோன் ஓமோன் உற்பத்தியாகுதல்.
- வாழ்நாள் முழுவதும் விந்து உட்பத்தி நடைப்பெறல்.
- தந்தையின் இயல்புகள் விந்துக் கலங்களில் அடங்கியிருத்தல்.
- பெண் இனப்பெருகக் தொகுதியின் யோனி வழி, கர்பப்பை என்பவற்றுக்கூடாக பலோப்பியன் குழாயினுள் நீந்திச் செல்லக்கூடிய ஆற்றலை விந்து கொண்டிருத்தல்.



விந்து

பெண் இனப்பெருக்கத் தொகுதி

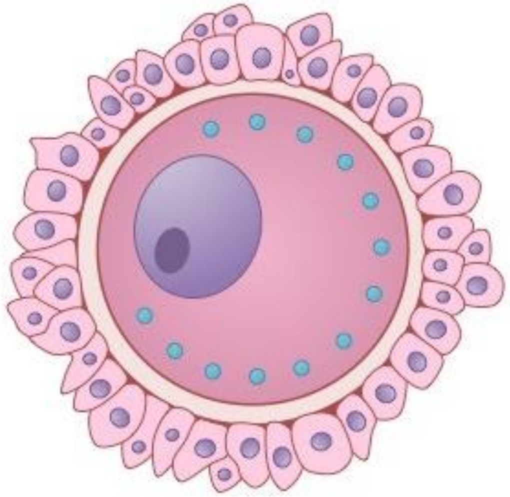
பெண் இனப்பெருக்கத் தொகுதியின் குறுக்கு வெட்டுமகத் தோற்றம்



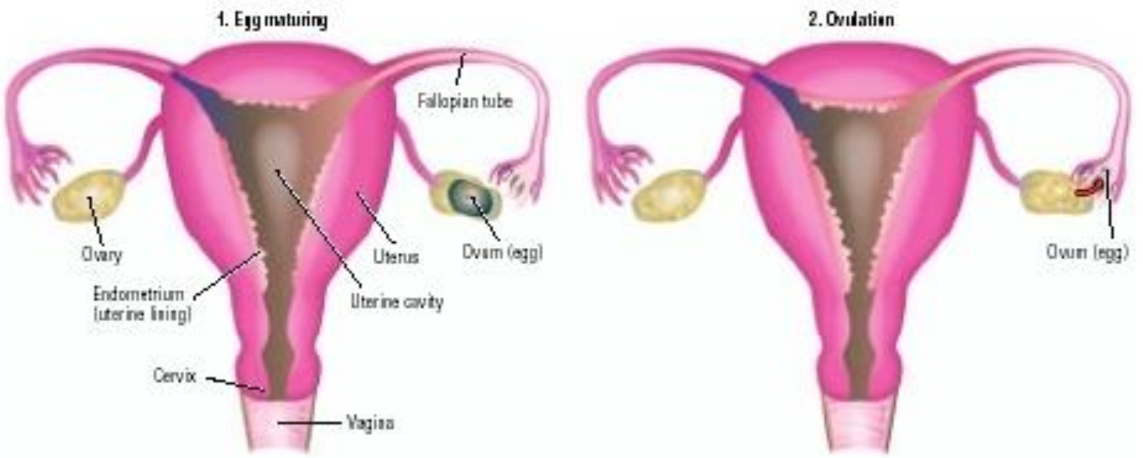
பெண் இனப்பெருக்கத் தொகுதியின் மகோன்னதம்

❖ சூலிடல்

- பெண் பிள்ளையொன்று கட்டிளமைப் பருவத்தையடைந்தவுடன் செயற்படத் தொடங்கும் சூலகங்களானது, சூலினை பலோப்பியன் குழாயினுல் வெளிவிடும். இது சூலிடல் எனப்படும்.
- பொதுவாக 28 நாட்களுக்கொருமுறை சூலகங்களிலிருந்து மாறி மாறி சூலிடல் நடைப்பெறும்.
- மாதாந்த மாதவிடாய் ஏற்படுவதற்கு 14 நாட்களுக்கு முன்னர் சூலகங்களிலிருந்து சூல் வெளியிடப்படுகின்றது. இதனை அவர்கள் உணருவதில்லை.



சூல்



❖ மாதவிடாய்

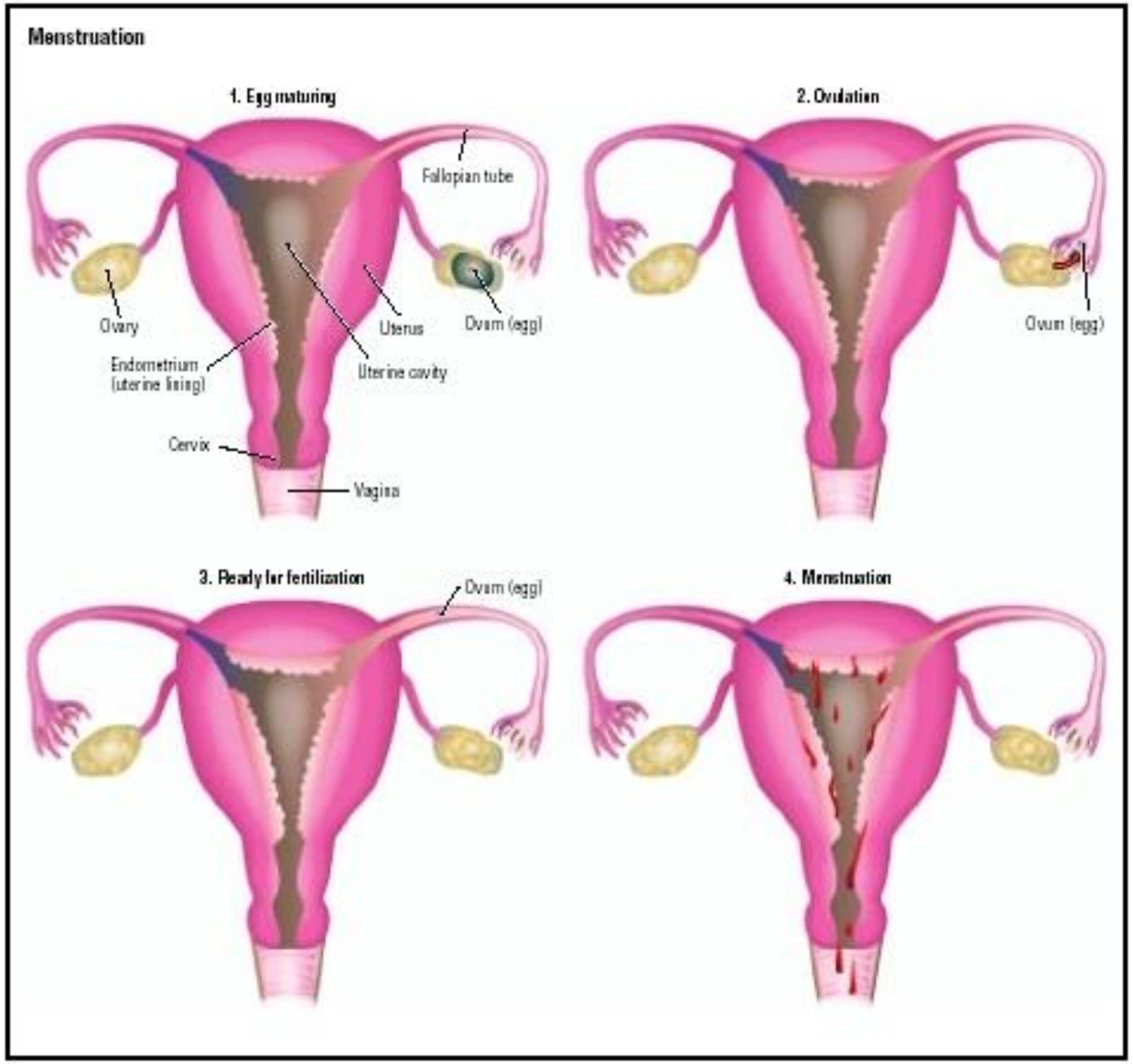
- சூல் கருக்கட்டப்படாத நிலையில் கருப்பைக்குள் வருமாயின், கருப்பையின் உட்சுவர் இழையங்கள் சிதைவடைந்து குருதியோடு வெளியேறுவது மாதவிடாய் என அழைக்கப்படும்.
- இந்நிகழ்வு முதற்தடவை ஏற்படுவது வயதுக்கு வருதல் அல்லது பூப்படைதல் எனப்படும்.
- இவ்வாறு ஏற்படும் குருதிப்பெருக்கு சுமார் 2-6 நாட்களுக்கு நிகழும்.

❖ மாதவிடாய்ச் சக்கரம்

- பெண்பிள்ளை வயதுக்கு வருவதோடு மாதவிடாய்ச் சக்கரம் ஆரம்பமாகின்றது.

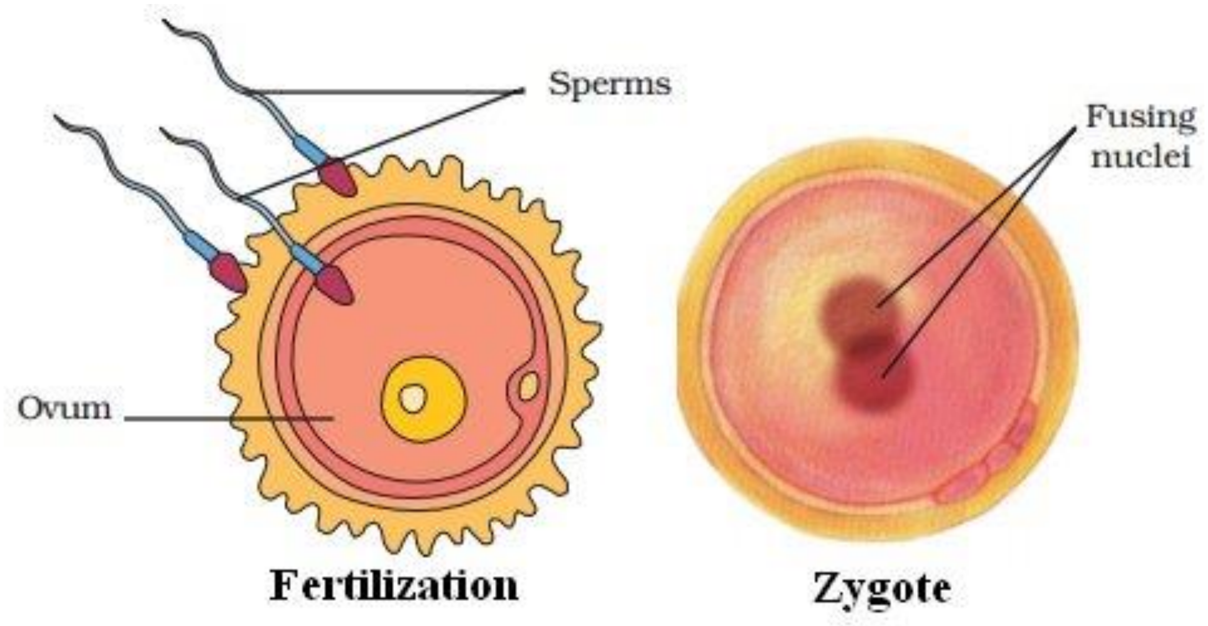
- வயதுக்கு வந்த பின்பு உதாரணமாக 28 நாட்களுக்கொரு முறை சூலகங்களிலிருந்து மாறி மாறி சூல் ஒன்று வீதம் வெளிவிடப்படும்.

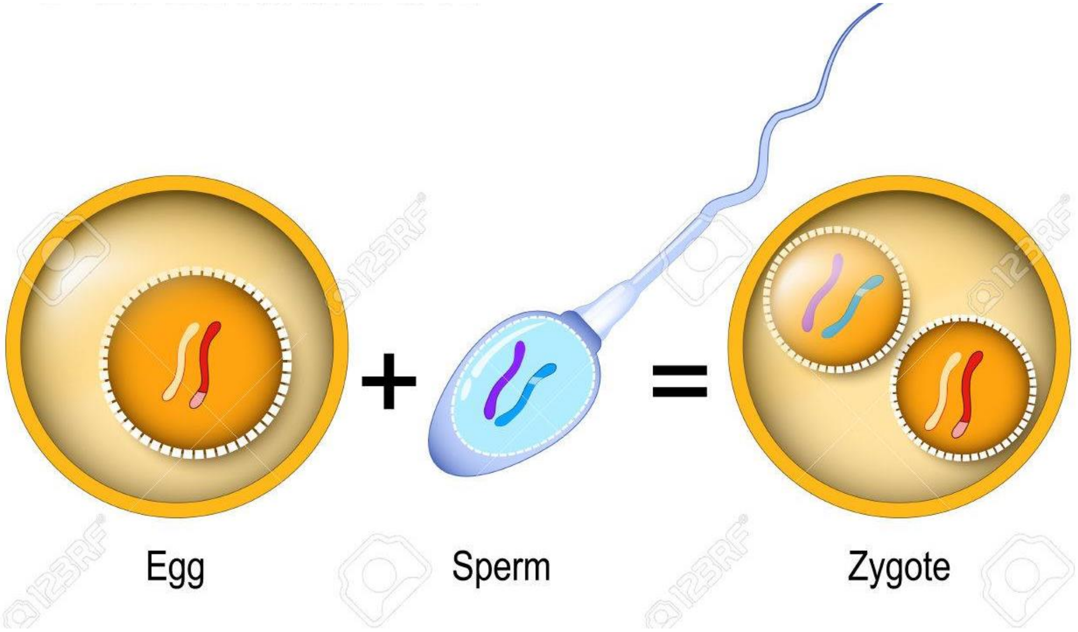
- சுழற்சியாக நிகழும் இச்செயற்பாடு மாதவிடாய்ச் சக்கரம் அல்லது மாதவிடாய் வட்டமெனப்படும்.



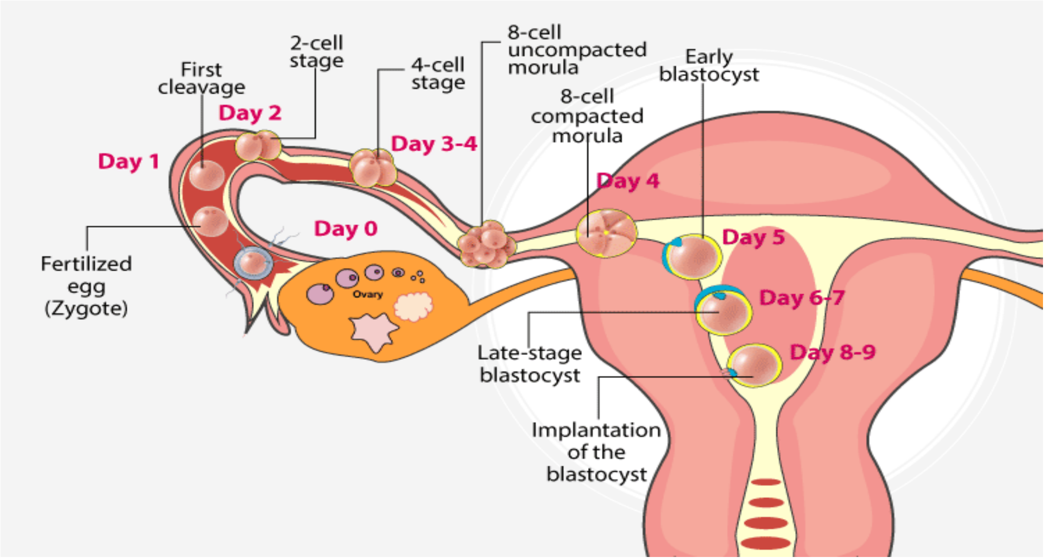
கருக்கட்டுதல்

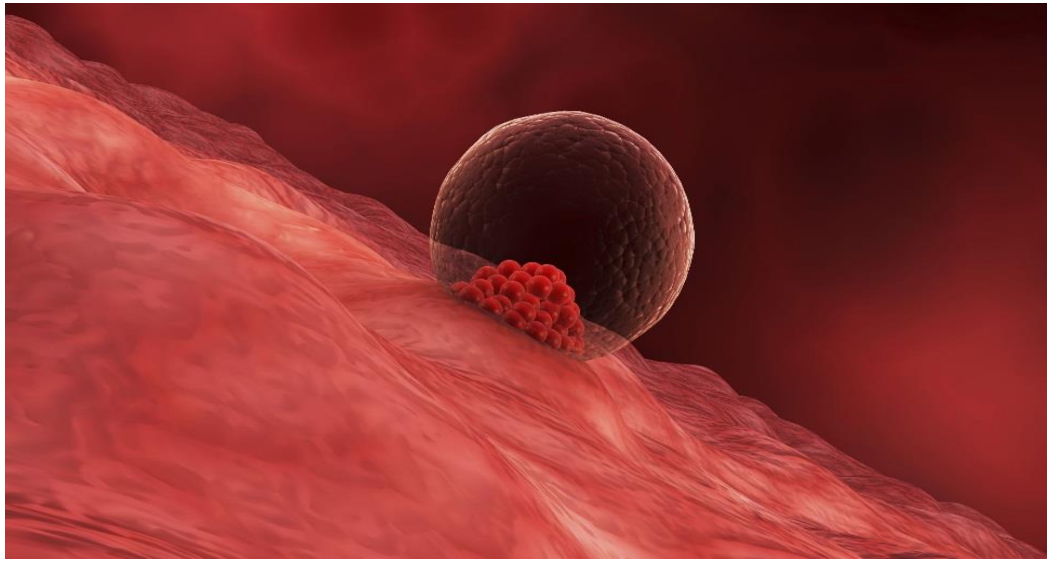
- சூலகங்களில் முதிர்வடைந்த சூல் வெளிவிடப்பட்டவுடன் அது பலோப்பியன் குழாயினூடாகப் பிரயாணம் செய்யும்.
- யோனி வழியாக வரும் விந்துக்கலம் கருப்பையினூடாகப் பலோப்பியன் குழாய் நோக்கிச் செல்லும்.
- பலோப்பியன் குழாயினுள் விந்தும் சூலும் இணைவது கருக்கட்டல் எனப்படும்.



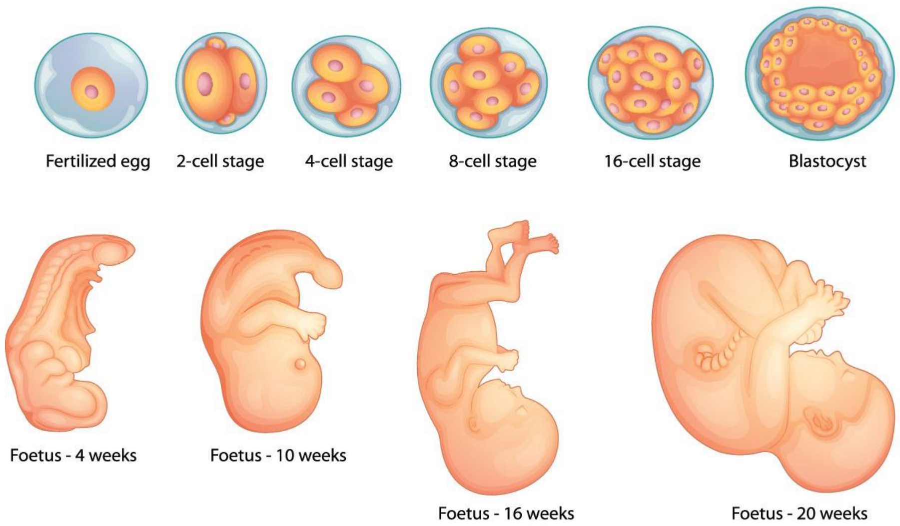


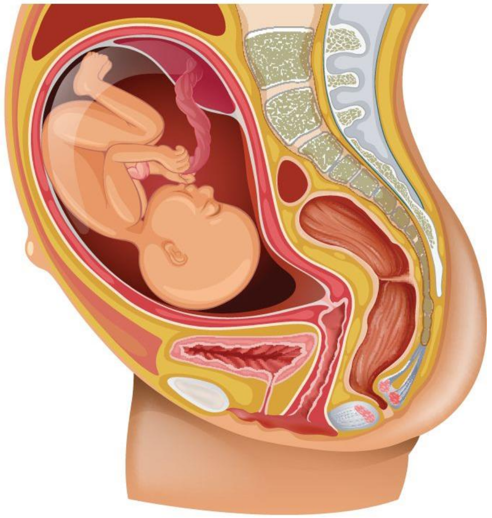
- இவ்வாறு கருக்கட்டப்பட்ட சூல், நுகமாக மாறி கருப்பையை நோக்கிச் செல்லும்.
- இவ்வாறு கருப்பையை அடைந்த நுகம், கருப்பையின் உட்புறச் சுவரில் முளையமாக விருத்தியடையும்.





- இவ்வாறு படிப்படியாக விருத்தியாகிப் பூரண முதிர்மூலவுருவாக மாறும் வரையில் முளையத்தின் வளர்ச்சிக்கு அவசியமான ஊட்டச்சத்துக்கள் மற்றும் ஒட்சிசன் என்பன தொப்புள் கொடியினூடாக தாயிடமிருந்து பெறப்படும்.
- குழந்தை பிறக்கும் வரையில் சுமார் ஒன்பது மாத காலம் (40 வாரம் / 280 நாட்கள்) வரையில் கர்ப்பப்பையினுள் பாதுகாப்பாக வளர்ச்சியடையும்.
- குழந்தை பிறப்பது யோனிவழியினூடாக நிகழும்.





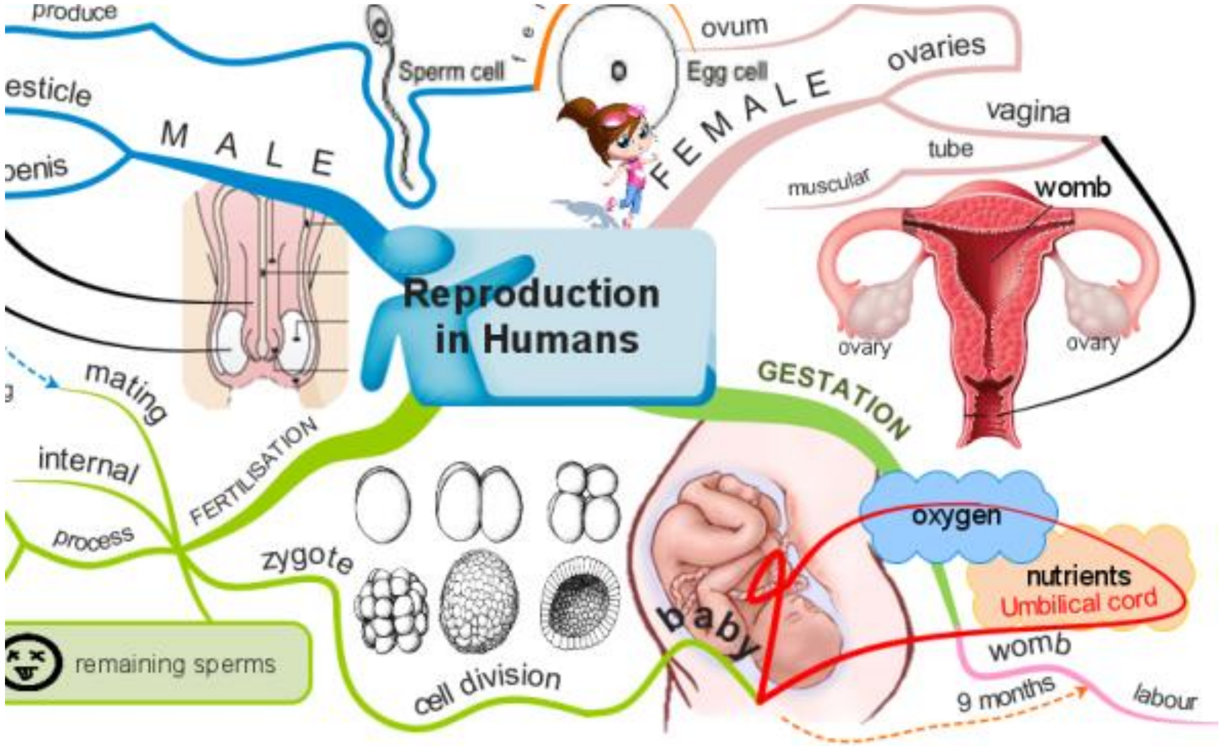
தரம் - 08

சுகாதாரமும் உடற்கல்வியும்

அலகு 11

பகுதி - I

இனப்பெருக்கம் சார்ந்த சுகாதாரத்தைப் பேணுவோம்



இனப்பெருக்கத் தொகுதியின் மகோன்னதம்

எஸ்.எம் நாஸர்
பது / பசறை தமிழ் மகா வித்தியாலயம் (தேசிய பாடசாலை)