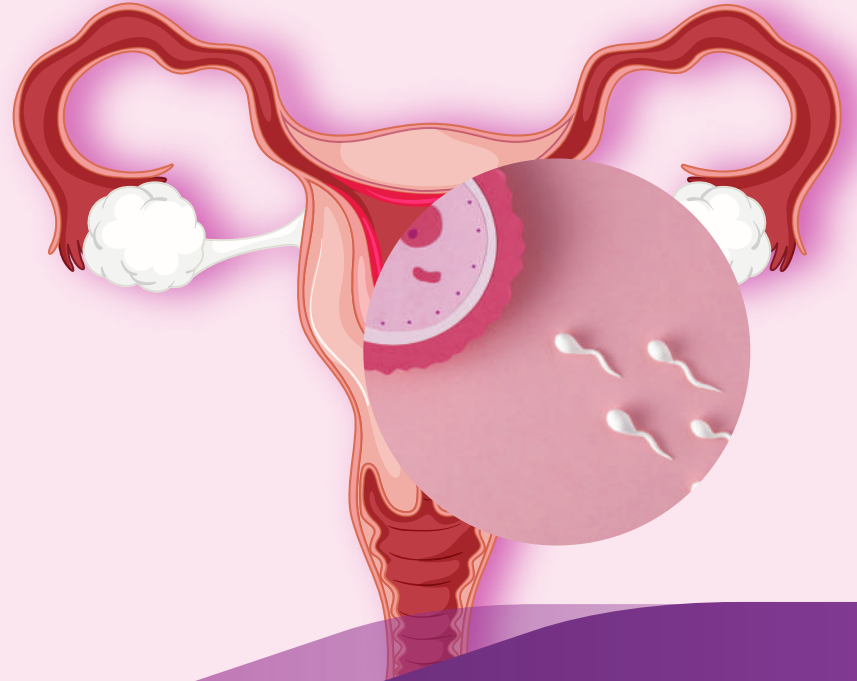


கருவுறுதல் மூட நம்பிக்கைகள்



கருவுறுதல் என்றால் என்ன?

கருவுறுதல் என்பது இயற்கையாக கருத்தரிக்கும் திறன் ஆகும். இது ஆரோக்கியமான விந்தணு மற்றும் முட்டைகளை உற்பத்தி செய்ய முடிந்த ஆண் மற்றும் பெண் இருவரையும் உள்ளடக்கியது இவர்கள் இணைந்து கருவுறுவதற்கு



பெண் மட்டும் பொறுப்பா?

கருவுறுதல் சிக்கல்களில் ஆணின் பங்கு மற்றும் காரணங்கள் மீது கவனம் செலுத்துங்கள்

மலட்டுத்தன்மை ஆண்களையும் பெண்களையும் சமமாக பாதிக்கிறது.

மலட்டுத்தன்மைக்கான 40-50% காரணங்கள் ஆண்களால் ஏற்படுகிறது.



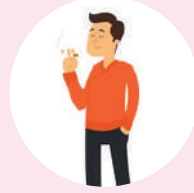
குறைந்த விந்தணு எண்ணிக்கை



மரபணு நிபந்தனைகள்



ஹார்மோன் சமநிலையின்மை



புகைபிடித்தல்



மோசமான விந்தணு இயக்கம்



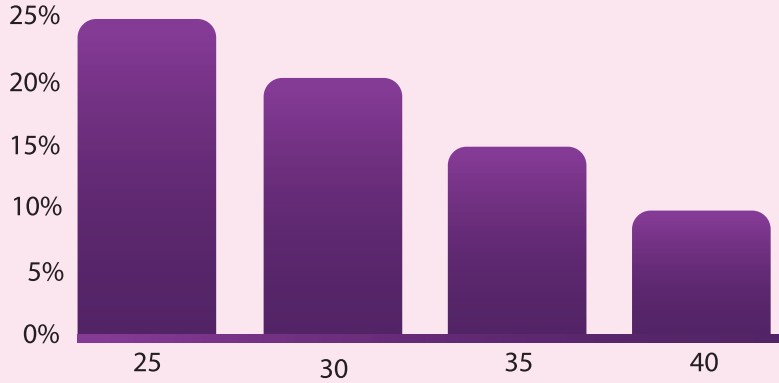
அசாதாரணமான விந்தணு வடிவம் (உருவகவியல்)

இயற்கையாக கருவுறுதல் குறித்து சொல்லிக் கொடுங்கள்

இனப்பெருக்கத்திறன் என்பது சந்ததியை உருவாக்குவதற்கான இயற்கை உயிரியல் திறன் ஆகும். இது கருவுற்று, குழந்தை பெறுவது வரையிலான ஒரு தனிநபர் அல்லது இனக்கூட்டத்தின் இனப்பெருக்கத்திறனை குறிக்கும். இனப்பெருக்கத் திறன் வயது, ஆரோக்கியம், மரபியல் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் நிலைமைகள் போன்ற பல்வேறு காரணிகளால் பாதிக்கப்படுகிறது.

ஒவ்வொரு மாதமும் கருவுறுதலுக்கான வாய்ப்புகள்

கருவுறுதலில் வாய்ப்பு கோட்பாடு



சராசரி சராசரி மாதவிடாய் சுழற்சி

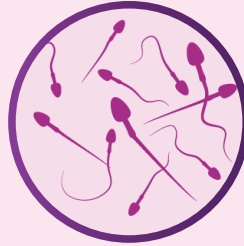
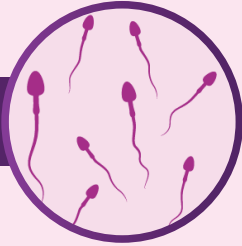
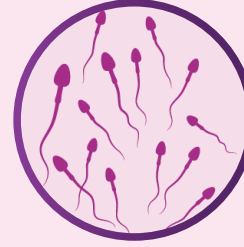
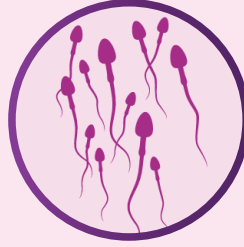
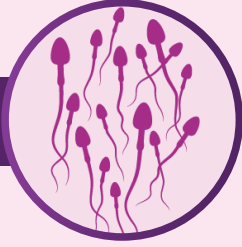
விந்து பகுப்பாய்வு

செறிவு

இயக்கம்

உருவகவியல்

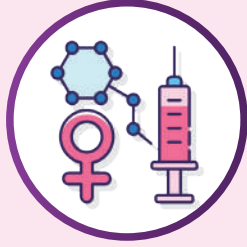
இயல்பான



அசாதாரணமானது

விந்து மேம்பாடு

ஹார்மோன் சிகிச்சை



விந்து மேம்பாடு



ஆரோக்கியமான உணவு



சீரான உடற்பயிற்சி புகை மற்றும் மன அழுத்தத்தைக்
மதுவை தவிர்க்கவும் குறைக்கவும்



நவீன காலத்தில் மதிப்பாய்வு மற்றும் சிகிச்சை

குவாக்ஸ் மற்றும் பாபாஜி பற்றிய கட்டுக்கதைகளை உடைக்கவும்

நம்பகத்தன்மை குறைவு

தவறான கூற்றுகள்

அறிவியல் சாராத முறைகள்

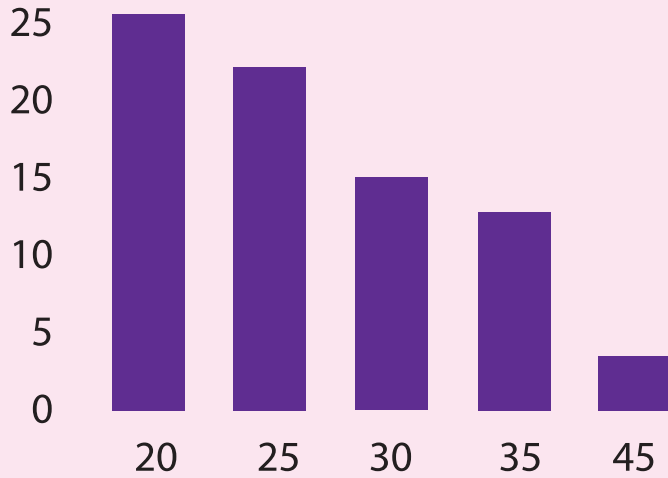
சிகிச்சையை தாமதப்படுத்துதல்

நம்பிக்கையை சுரண்டுதல்

தீங்கு விளைவிக்கும் ஆபத்து

வயது மற்றும் கருவுறுதல்

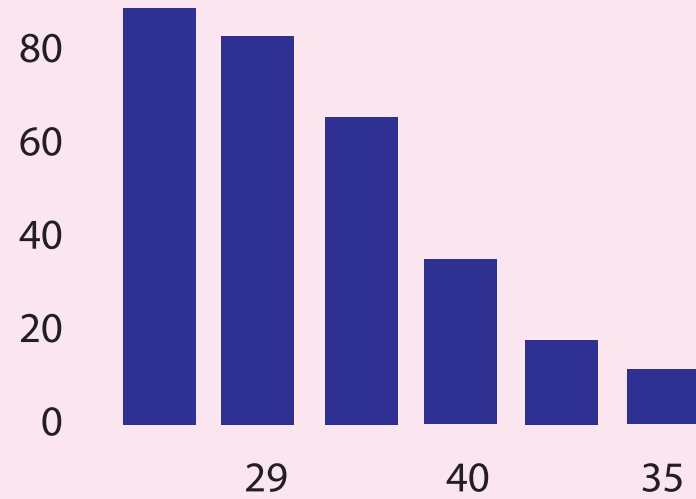
பெண்களில் கருவுறுதல் வீழ்ச்சி



வயதுக் குழு (பெண்)

■ பெண்

கருவுறுதல் வீழ்ச்சி ஆண்களில்



வயதுக் குழு (ஆண்)

■ ஆண்

வாழ்க்கை முறையின் முக்கியத்துவம்

கருவுறுதலில் எதிர்மறையான தாக்கங்கள்



புகைபிடித்தல்/
புகையிலை



மது அருந்துதல்



மருந்துகள்



ஸ்டெராய்டுகள்

ஆரோக்கியமான தேர்வுகளைச்
செய்வதற்கான நடைமுறை ஆலோசனை



புகைபிடிப்பதை
நிறுத்துங்கள்



மிதமான
ஆல்கஹால் நுகர்வு



நுகர்வோர்
சுகாதார வழங்குநர்



ஆரோக்கியமான
வாழ்க்கை முறையை
பின்பற்றுங்கள்