

КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР

Кадънларда айбашъ

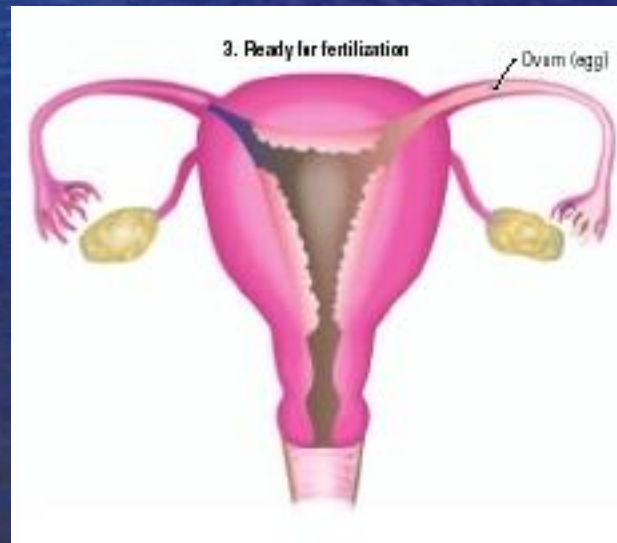
(1) Хер ай йумурталъкларда бир тана йумурта олгунлашъйор

(2) сонра борулардан ана рахмине гирийор

- ана рахминин дуварларънда чок суюмюк бирикийор

(3) еркекле о заман бирлеширсе, гебе калабилийор

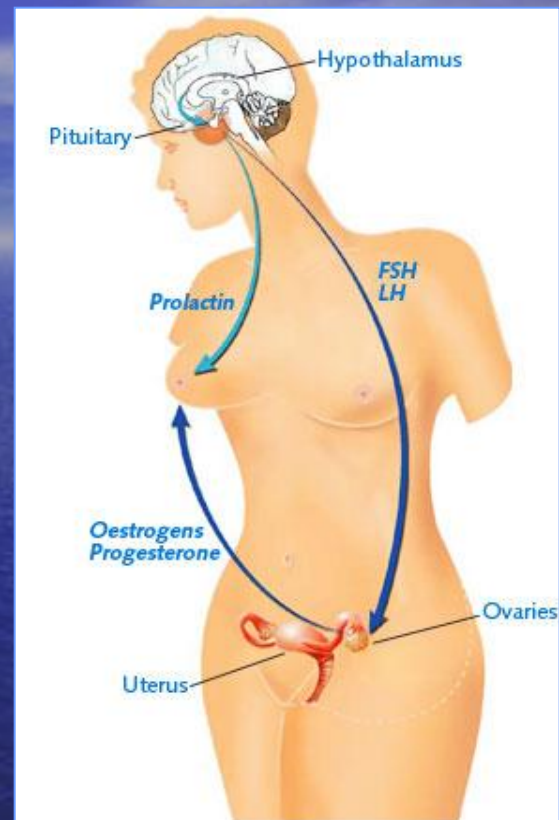
(4) йокса йумурта суюмюк ве канла бирликте дъшаръ атьлъйор



КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР

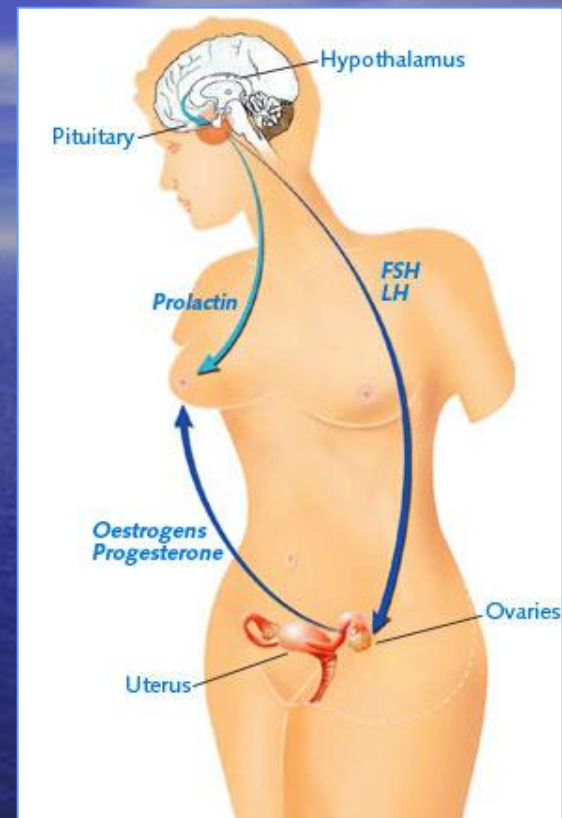
Кадънларда айбашъ

- Бу иш кендилинден олмуйор: бейинин алтънда кючюк бир орган вар (хипофиз).
- Къз буюйюндже, о башлъйор гормонлар ('сок') салмая. Къзън бедени башлъйор деишмейе
- О хипофиз кана **FSH** адънда бир гормон салъйор ве йумурталъктаръна буйрук верийор, йумурталарънъ салсънлар.
- йумурталъктар **естроген** адънда бир гормон салъп ана ятаънъ хазърлъйорлар.
- Айбашънън икинджи яръсънда **прогестерон** адънда бир гормон ортая гелийор. О енгел олуйор, башка бир йумурта олгунлашсън.
- ана ятаъндаки суюк чоалъйор, температура йюкселийор – прогестерон азалънджа канама олуйор



КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР

- Бу процеси контрол еден **бейиндир**. Съкънтъ, корку, хейеджан я да хасталък варса, бу канама геч олабилир, я да хич олмаябилир.
- Хормонлар азальнджа: синирли олуйор
- **беденсел деишикликлер**: йоргунлук, кафа аръсъ, кусмак, сърт аръсъ, карън аръларъ, джанъ кими йемеклери чекебилир. Даа аз иш япабилир, даа чабук хасталанър.
- **дуйгусал деишикликлер**: колайджа синирленийор, умутсуз олуйор, ен уфак меселелер чок буйюк проблемлер гиби гъзюкуйор, кенди кендини беенмийор.



КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР

МЕНОПОЗ



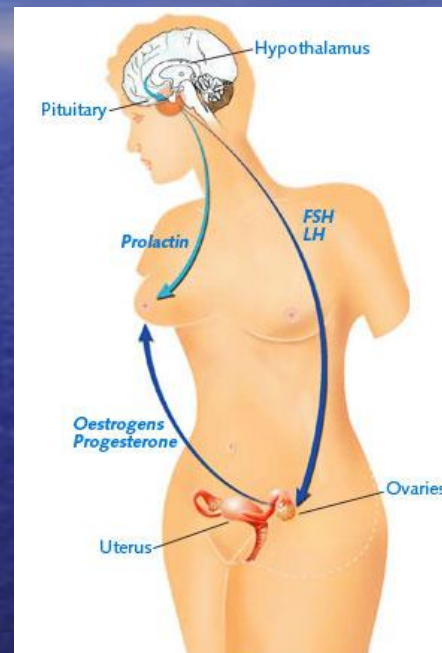
Кадън 40 яшъндан сонра бу ики хормон чок азальйор, канама дуруйор.

Резултатлар:

- кадънларън 60% хич бир деишиклик хиссетмиюр

башкаларънда:

- сѣкѣнтѣ
- уйкусузлук
- кафа арѣларѣ
- дериде деишикликлер
- унутканлък
- дуйгусал далгаланма
- джинсел арзулар чоалѣйор



КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР



КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР



**Критически яшлар
нереден анлашълър?**



**Хатидже серинлемек ичин
кендине йени бир метод булду**

КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР



**"Хатърлъйорум... Бурада бир
йерде шоколад вардъ"**

КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР



КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР



“Илач истемийорум. Бана бир ХИЗМЕТЧИ лазъм !”



Бирденбире ааламак гелийор

КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР

МЕНОПОЗ - кадън кендини бракмасън

(1) ДЮШЮНДЖЕДЕ

- 'кадън оларак хаятъм битти' дийе дюшюнмесин
- “Аармъш сачлар шеревфи бир тачтър, дору яшайъшла казанълър” (Сюл. ЫОзд. 16:31)



КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР

МЕНОПОЗ - кадън кендини бракмасън

(2) ДЪШ ГЪОРЮНЮШЮ

- килоларъна, юстю башъна диккат етсин



КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР

МЕНОПОЗ - кадън кендини бракмасън

(3) ГЪОРЕВ

- Рабде пенсияя чъкмак йок
- бу яшта кендине, кенди къзанларъ ве торунларъндан башка бир гъорев булсун
- Титус 2:4 (башка кадънларъ еитмек)



КРИТИЧЕСКИ ЯШЛАР

МЕНОПОЗ - кадън кендини бракмасън

(4) ИЛЕРЛЕМЕК

- бу яшларъ кулланалъм даа бонемли ве буюк ишлер ичин: "Ище, онун ичин йоргунлуктан вазгезмиyoruz. Сахи, дъш адамъмъз чурююр. Ама ич адамъмъз гюнден гюне йениленийюр." (2.Кор 4:16)
- арткъ вактъмъз вар кендимизи бютюн рухсал темалара верелим.

