

odvodi mokraću iz mokraćne bešike, i kavernozno telo koje se prilikom seksualnog uzbuđenja puni krvlju, što dovodi do erekcije.

Skrotum: nalazi se iza penisa u vidu vrećice koja drži i štiti testise. Da bi testisi proizveli sperm, njihova temperatura mora biti niža od telesne. Shodno vremenskim prilikama, može menjati svoju veličinu, nevoljno, da čak muškarci i ne primete.

Testisi: pami organi, veličine oko 5 cm. U pubertetu počinju da proizvode sperm i muški polni hormon-testosteron, koji između ostalog dovodi do dubljeg glasa, uvećanja mišićne mase, tela i brade.

Unutrašnji deo je sačinjen od sledećih organa: epididimis (cevičica koja se nalazi na vrhu i iza svakog testisa), semevod (odvodi sperm iz skrotuma svakodnevno) i prostate (proizvode tečnost koja se meša sa spermom i nastaje seme tečnost, koja se izbacuje prilikom ejakulacije).

## MENSTRUACIONI CIKLUS

Menstrualni ciklus je period od početka jedne do početka sledeće menstruacije i on obično traje 28 dana (individualno, od 21 do 36 dana).

Ovulacija (oslobađanje jajne ćelije iz jajnika - plodni dani) nastupa otprilike 14-og dana ciklusa (računajući od prvog dana krvavljenja). Jajna ćelija koja se oslobodi u toku ovulacije sposobna je za oplodnju 24 časa. To je

plodni dan kada je mogućnost začeća najveća. Međutim, preživljavanje spermatozoida u vagini je 48 sati, znači da jajna ćelija može biti oplodena još dva dana pre i dva dana posle ovulacije, odnosno između 12-og do 16-og dana.

Međutim, budući da mlade devojke nemaju stabilan ciklus i obično menstruacije ne dolaze na 28 dana nego između 26 i 32 dana, na ove plodne dane treba dodati još plus-minus dva dana, tako da su plodni dani kod većine devojaka između 10-og i 19-og dana ciklusa. Ukoliko se ne želi potomstvo, u tim danima treba izbegavati seksualne odnose. Pre i posle tog perioda su neplodni dani, kada je mogućnost začeća jako smanjena. Međutim, to ne znači da u ostalim danima možete da imate polni odnos bez korišćenja nekog savremenog sredstva kontracepcije. (Spermatozoid može da preživi u polnim putevima žene 2 do 5 dana!!!).

Ako se u periodu ovulacije ne dogodi oplodnja, treba da prođe celih mesec dana da bi nova jajna ćelija bila spremna za oplodnju.

Za određivanje perioda plodnih dana potrebno je da devojka poznaje dužinu svojih menstrualnih ciklusa u poslednjih godinu dana, a najmanje 6 meseci!!!



## OSNOVE O REPRODUKTIVNOM ZDRAVLJU

PRISTUP ZDRAVSTVENIM  
USLUGAMA KOJE TREBAJU POLNI  
I REPRODUKTIVNO ZDRAVLJE  
ZA ŽENE I MLADU - RASKELJENE I ROME  
- U JUŽNOJ SRBIJI

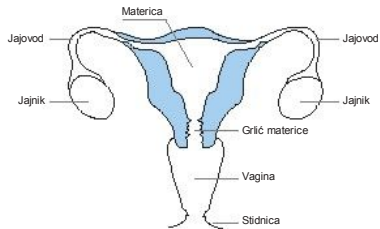
ACCESS TO SEXUAL  
AND REPRODUCTIVE HEALTH CARE  
FOR UNPROTECTED PEOPLE  
AND ROMANI WOMEN AND YOUTH  
IN SOUTHERN SERBIA

## OSNOVE O REPRODUKTIVNOM ZDRAVLJU

Reproduktivni sistem je deo ljudskog tela koji omogućava produžavanje vrste, rađanje deteta, reprodukciju - po čemu je i dobio naziv. Postoje muški i ženski reproduktivni sistem.

### ŽENSKI REPRODUKTIVNI SISTEM

Ženski reproduktivni sistem obavlja nekoliko funkcija. On stvara jajne ćelije neophodne za reprodukciju, sistem transportuje jajnu ćeliju sve do mesta oplodnje. Začeće - oplodnja jajne ćelije spermatozoidom (muškom semenom ćelijom) se obično dešava u jajovodu. Posle začeća, oplodjena jajna ćelija silazi u matericu gde se



usađuje u materičnu sluzokožu i gde će nastaviti sa svojim daljim razvojem. Ukoliko ne dođe do oplodnje jajne ćelije, dolazi do menstrualnog krvarenja – mesečnice (krvarenja iz materice). Ženski reproduktivni sistem takođe stvara i polne hormone koji održavaju ženski reproduktivni ciklus.

Ženski reproduktivni sistem je sačinjen od spoljašnjih i unutrašnjih organa.

Spoljašnji deo ima dvostruku ulogu: omogućava transport sperme do unutrašnjih organa žene i štiti unutrašnje organe od zaraza. Sačinjen je od sledećih organa: velike usne (zatvaraju i štite ostale spoljne reproduktivne organe), male usne (leže unutar velikih usana i zatvaraju ulaz u vaginu), Bartolinijeve žlezde (nalaze se pored ulaza u vaginu i stvaraju sluz) i klitoris ili dražica (senzitivno ispučenje koje se nalazi na spoju dve male usne).

Unutrašnji deo je sačinjen od sledećih organa:

Vagina (rodnica): kanal koji povezuje grlić materice sa spoljašnjom sredinom.

Materica: materica je šuplji organ kruškastog oblika koji služi kao sredina u kojoj se fetus razvija i raste. Materica se deli na dva dela: grlič, donji deo koji se otvara u vagini i telo, veći deo materice. Telo se širi tokom trudnoće kako beba raste. Kanal u grliču dozvoljava spermima da uđu u matericu. Kroz taj kanal ističe i menstrualna krv.

Jajnici: jajnici su mali parni organi locirani na svakoj strani materice. Stvaraju jajne ćelije i hormone.

Jajovodi: to su uske cevčice koje su u vezi sa gornjim delom materice i služe kao tuneli kojima se do materice

dopremaju jajne ćelije iz jajnika. Ovim cevčicama se kreću i spermatozoidi na putu ka jajnoj ćeliji budući da do oplodnje dolazi u samim jajovodima. Nakon susreta sa spermatozoidom, oplodjena jajna ćelija stiže u matericu i tamo se unjađuje u sluzokožu materice.

### MUŠKI REPRODUKTIVNI SISTEM

Spoljašnji deo je sačinjen od sledećih organa:

Penis: sastoji se iz dva dela: tela i vrha penisa. Vrh je prekriven kožicom koja može podleći obrezivanju (skidanju) shodno običajima pojedinih naroda ili individualnim zahtevima. Na vrhu se nalazi mali otvor. Unutrašnjost penisa se sastoji iz dve cevčice: uretra koja

