



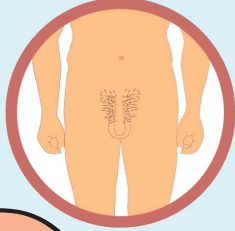
কেমন আছো মামুরা?
আজ আমরা জানবো বয়ঃসন্ধির সময়ে
কেন এবং কিভাবে শরীর এবং যৌনাঙ্গের
পরিচ্ছন্নতা নিশ্চিত করবো।

বয়ঃসন্ধির সময়ে শরীরের
পরিচ্ছন্নতার দিকে একটু বেশিই
খেয়াল রাখতে হয়।

বয়ঃসন্ধিকালে শরীরের ও যৌনাঙ্গের
পরিচ্ছন্নতা সম্পর্কে জানতে চাও মামুর
পাঠশালায় যাও



এ সময়ে আমরা জানি যে শরীরের
বিভিন্ন জায়গায় লোমের সৃষ্টি হয়
যেমন বগল, যৌনাস্থের আশেপাশে।



এ কারণে
শরীরের এই সময়ে অনেক
বেশি পরিচ্ছন্নতার প্রয়োজন হয়।



এর সাথে সাথে শরীরের
বিভিন্ন স্থানে দুর্গন্ধের সৃষ্টি হয়।



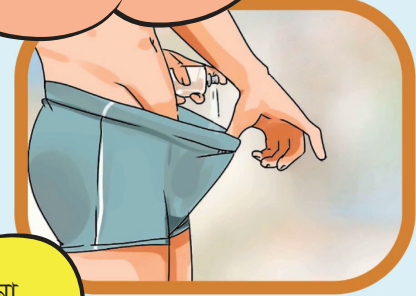
মামু, এই দুর্গন্ধ
কিভাবে দূর করবো?



নিয়মিত গোসল করে,
ডিওডোরেন্ট ব্যবহার করে,
পরিষ্কার কাপড় পরে আমরা
দুর্গন্ধ দূর করতে পারি।



তবে আমাদের অবশ্যই মাথায় রাখতে
হবে যে যৌনাঙ্গে কখনো ডিওডোরেন্ট,
বডি স্প্রে ইত্যাদি ব্যবহার কর উচিত না।

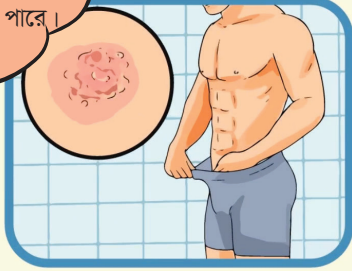


কারণ যৌনাঙ্গের ত্বক খুব
স্পর্শকাতর এবং এতে যৌনাঙ্গের
ত্বকের প্রচণ্ড ক্ষতি হয়।

ভালো ভাবে পরিষ্কার না
হলে কি ক্ষতি হতে পারে?



মামু, যৌনাঙ্গ যদি ভালোভাবে পরিষ্কার না করা হয়, তাহলে যৌনাঙ্গে অস্বস্তি বা বিভিন্ন চর্মরোগ দেখা দিতে পারে।

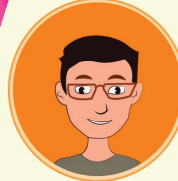
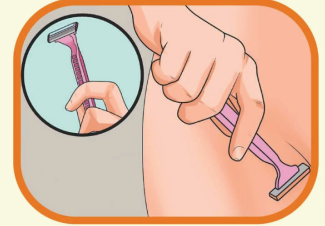


এই সময়ে হস্তমৈথুন বা স্বপ্নদোষ এর মাধ্যমে বেশ নিয়মিতভাবেই যৌনাঙ্গ থেকে বীর্য নিসৃত হয়।



বীর্য নিসৃত হওয়ার পর যতো তাড়াতাড়ি সম্ভব পানি দিয়ে পরিষ্কার করে ফেলা, তা নাহলে যৌনাঙ্গে ব্যথা অস্বস্তি দেখা দিতে পারে।

বয়ঃসন্ধিকালে যৌনাঙ্গের পরিচ্ছন্নতার ব্যাপারে অধিক গুরুত্ব দেওয়ার আরেকটি কারণ রয়েছে, তা হলো বীর্য নিঃসরণ।



যৌনাঙ্গ পরিষ্কার রাখার জন্য আমাদের
কয়েকটা বিষয় মাথায় রাখা উচিত।



যেমন বীর্য নিসৃত হওয়ার পর
পরিষ্কার করার সময় সাবান জাতীয়
জীবাণুনাশক ব্যবহার করা,



ধুয়ে ফেলার পরে পরিষ্কার কাপড়
বা টিস্যু দিয়ে মুছে ফেলা ইত্যাদি।



