



BIOLOGY

BOOKS - CHHAYA BIOLOGY (BENGALI)

অন্তঃক্ষরা গ্রন্থি ও বয়ঃসন্ধি

Example

1. দৌড়োনের সময় আমাদের শরীরে কি কি পরিবর্তন লক্ষ করা যায়?



Watch Video Solution

2. হরমোন কাকে বলে?



[Watch Video Solution](#)

3. হরমোন কে 'রাসায়নিক বার্তাবাহক' বলে কেন?



[Watch Video Solution](#)

4. হরমোনের গুরুত্বপূর্ণ বৈশিষ্ট্যগুলি কি?



[Watch Video Solution](#)

5. হরমোনের সাধারন কাজ লেখো।



Watch Video Solution

6. বহিঃক্ষরা গ্রন্থি কি? উদাহরন দাও?



Watch Video Solution

7. বহিঃক্ষরা গ্রন্থির বৈশিষ্ট্য ও কাজ লেখো।



Watch Video Solution

8. অন্তঃক্ষরা গ্রন্থি কাকে বলে?



[Watch Video Solution](#)

9. অন্তঃক্ষরা গ্রন্থির বৈশিষ্ট্য ও কাজ লেখো।



[Watch Video Solution](#)

10. বহিঃক্ষরা ও অন্তঃক্ষরা গ্রন্থির মধ্যে পার্থক্য লেখো।



[Watch Video Solution](#)

11. মিশ্র গ্রন্থি কাকে বলে? উদাহরন দাও।



Watch Video Solution

12. ট্রফিক হরমোন কি? একটি উদাহরনসহ ব্যাখ্যা করো।



Watch Video Solution

13. অগ্র পিটুইটারি থেকে ক্ষরিত হরমোনদের ট্রফিক হরমোন বলা হয় কেন?



Watch Video Solution

14. পিটুইটারির দুটি খণ্ড থেকে ক্ষরিত হয়, এমন চারটি হরমোনের নাম লেখো।



Watch Video Solution

15. অন্তঃক্ষরা তন্ত্রের অন্তর্গত পিটুইটারিকে 'প্রভু গ্রন্থি' বলা হয় কেন?



Watch Video Solution

16. স্থানীয় হরমোন (local hormone) কাকে বলে?



Watch Video Solution

17. সোম্যাটোট্রফিক হরমোনের কাজগুলি উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

18. সোম্যাটোট্রফিক হরমোন (STH)-এর একটি কম ক্ষরনজনিত সমস্যা উল্লেখ করে তার দুটি লক্ষণ লেখো।



Watch Video Solution

19. সোম্যাটোট্রফিক হরমোনের বেশি ক্ষরনজনিত দুটি সমস্যা ও প্রতিটির দুটি করে লক্ষন উল্লেখ করো।



[Watch Video Solution](#)

20. অল্পবয়সে সোম্যাটোট্রফিক হরমোনের বেশি ক্ষরন হলে এবং কম ক্ষরন হলে কি ঘটে?



[Watch Video Solution](#)

21. থাইরয়েড স্টিমুলেটিং হরমোন কোন গ্রন্থি থেকে ক্ষরিত হয়? এটি কোন গ্রন্থির কাজকে নিয়ন্ত্রন করে?



[Watch Video Solution](#)

22. থাইরয়েড স্টিমুলেটিং হরমোনের দুটি কাজ লেখো।



[Watch Video Solution](#)

23. থাইরয়েড গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত হরমোনের নাম লেখো
ও তার একটি প্রধান কাজ লেখো।



[Watch Video Solution](#)

24. থাইরক্সিন হরমোনের কাজ কি?



[Watch Video Solution](#)

25. থাইরক্সিন হরমোনের বেশি ক্ষরনে এবং কম ক্ষরনে
কি ঘটে?



[Watch Video Solution](#)

26. অগ্ন্যাশয় গ্রন্থি সম্পর্কে যা জান লেখো।



Watch Video Solution

27. অগ্ন্যাশয় থেকে ক্ষরিত পদার্থগুলি কি কি?



Watch Video Solution

28. অগ্ন্যাশয় গ্রন্থিকে মিশ্র গ্রন্থি বলা হয় কেন?



Watch Video Solution

29. ইনসুলিন হরমোনের কাজ লেখো।



[Watch Video Solution](#)

30. মানবদেহের রক্তশর্করা নিয়ন্ত্রনে হরমোনের ভূমিকা লেখো।



[Watch Video Solution](#)

31. ইনসুলিন হরমোনের কম ক্ষরনে কি ঘটে?



[Watch Video Solution](#)

Exercise

1. কোন হরমোনকে কেন অ্যান্টিডায়াবেটিক হরমোন বলে? উক্ত হরমোনের ক্ষরনস্থান উল্লেখ করো।



[Watch Video Solution](#)

2. হাইপোগ্লাইসিমিয়া ও হাইপারগ্লাইসিমিয়া কি?



[Watch Video Solution](#)

3. রক্তে শর্করার আধিক্যজনিত কারনে কি অসুবিধা দেখা যায়?



Watch Video Solution

4. পিটুইটারি ও অগ্ল্যাশয় গ্রন্থি নিঃসৃত একটি করে হরমোনের নাম ও একটি করে কাজ লেখো।



Watch Video Solution

5. অ্যাড্রিনাল গ্রন্থি দেহের কোথায় থাকে? এর কাজ কি?





Watch Video Solution

6. অ্যাড্রিনাল গ্রন্থি থেকে ক্ষরিত হরমোনের কাজ লেখো।



Watch Video Solution

7. অ্যাড্রিনালিন কেন 'আপংকালীন' বা 'সংকটকালীন হরমোন' বলে?



Watch Video Solution

8. অ্যাড্রিনালিন হরমোনের অধিক ক্ষরনে ও কম ক্ষরনে কি ঘটে?



[Watch Video Solution](#)

9. মানবদেহের তিনটি অনাল গ্রন্থি ও তাদের থেকে নিঃসৃত হরমোনের নাম লেখো।



[Watch Video Solution](#)

10. নিম্নলিখিত অন্তঃক্ষরা গ্রন্থিগুলির অবস্থান উল্লেখ করো।



[Watch Video Solution](#)

11. পিটুইটারি গ্রন্থি থেকে নিঃসৃত হয় না, এইরূপ তিনটি প্রানী হরমোনের নাম ও উৎস লেখো।



[Watch Video Solution](#)

12. ডিম্বাশয় থেকে নিঃসৃত দুটি হরমোনের নাম লেখো।



[Watch Video Solution](#)

13. ইস্ট্রোজেন ও টেস্টোটেবরনের দুটি করে কাজ লেখো।



Watch Video Solution

14. ইস্ট্রোজেন ও টেস্টোটেবরনের পার্থক্য লেখো।



Watch Video Solution

15. নিম্নলিখিত কোনটি জীবদেহে রাসায়নিক সংযোগ স্থাপনের কাজ করে?

A. ফেরোমন

B. হরমোন

C. উৎসেচক

D. ভিটামিন

Answer:



Watch Video Solution

16. হরমোন হল একটি-

A. ভৌত বার্তাবাহক

B. উৎসেচক

C. রাসায়নিক বার্তাবাহক

D. গ্রাহক

Answer:



Watch Video Solution

17. নীচের যেটি বহিঃক্ষরা গ্রন্থি, সেটি হল-

A. লালাগ্রন্থি

B. পিটুইটারি গ্রন্থি

C. অ্যান্ড্রিনাল গ্রন্থি

D. থাইরয়েড গ্রন্থি

Answer:



Watch Video Solution

18. প্রদত্ত গ্রন্থিগুলির মধ্যে অনাল গ্রন্থি নয়-

A. লালাগ্রন্থি

B. পিটুইটারি

C. থাইরয়েড

D. অ্যাড্ৰিনাল

Answer:



Watch Video Solution

19. মিশ্ৰ গ্ৰন্থিৰ উদাহৰন-

A. থাইৰয়েড

B. অ্যাড্ৰিনাল

C. পিটুইটাৰি

D. অগ্ন্যাশয়

Answer:



Watch Video Solution

20. নিম্নলিখিত কোনটি সবচেয়ে ছোট অন্তঃক্ষরা গ্রন্থি ?

A. পিটুইটারি

B. থাইরয়েড

C. অ্যাড্রিনাল

D. অগ্ন্যাশয়

Answer:



Watch Video Solution

21. যে হরমোন আমাদের শরীরের বিভিন্ন পেশি ও হাড়গুলির দৈর্ঘ্য বাড়ায়, সেটি হল-

- A. সোম্যাটোট্রফিক হরমোন
- B. থাইরয়েড স্টিমুলেটিং হরমোন
- C. ভেসোপ্রেসিন
- D. গোনাদোট্রফিক হরমোন

Answer:



22. যে হরমোনের কম ক্ষরনে রক্তে গ্লুকোজের পরিমাণ
বাড়ে-

A. গ্লুকাগন

B. ইনসুলিন

C. STH

D. থাইরক্সিন

Answer:



23. আমাদের রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা নিয়ন্ত্রন করে-

A. ইনসুলিন

B. গ্লুকাগন

C. ইনসুলিন ও গ্লুকাগন

D. এপিনেফ্রিন

Answer:



Watch Video Solution

24. জরুরীকালীন হরমোন হল-

A. ইনসুলিন

B. থাইরক্সিন

C. টেস্টোস্টেরন

D. অ্যাড্রিনালিন

Answer:



Watch Video Solution

25. অ্যাড্রিনালিন হরমোনের বেশি ক্ষরনে ঘটে-

A. ক্রেটিনিজম

B. জাইগ্যানটিজম

C. ডায়াবেটিস মেলিটাস

D. মুন ফেস

Answer:



Watch Video Solution

26. প্রদত্ত কোন হরমোনটি স্ত্রীদেহে বেশি পরিমাণে পাওয়া যায় না?

A. ইন্সুজেন

B. প্রোজেস্টেরন

C. রিল্যাক্সিন

D. টেস্টোস্টেরন

Answer:



Watch Video Solution

27. আমাদের দেহের প্রায় সবধরনের আবেগ কে নিয়ন্ত্রন করে?



 [Watch Video Solution](#)

28. মানবদেহে রাসায়নিক বার্তাবাহক হিসেবে কে কাজ করে?



[Watch Video Solution](#)

29. গ্রন্থি কি?



[Watch Video Solution](#)

30. লালাগ্রন্থি কি ধরণের গ্রন্থি? এটি থেকে কি বের হয়?



[Watch Video Solution](#)

31. পাকস্থলীর গ্রন্থি থেকে কি বের হয়?



[Watch Video Solution](#)

32. মস্তিষ্কের মূলদেশে কোন গ্রন্থি অবস্থিত?



[Watch Video Solution](#)

33. পিটুইটারি গ্রন্থি নিঃসৃত একটি হরমোনের নাম লেখো।



Watch Video Solution

34. কোন হরমোনকে বৃদ্ধিপোষক হরমোন বলে?



Watch Video Solution

35. সোম্যাটোট্রফিক হরমোনের কাজ কি?



Watch Video Solution

36. STH-এর পুরো নাম কি?



[Watch Video Solution](#)

37. পিটুইটারির পশ্চাৎ খণ্ড থেকে ক্ষরিত হরমোনগুলিকে
কি নামে ডাকা হয়?



[Watch Video Solution](#)

38. GTH-এর পুরো নামটি লেখো।



[Watch Video Solution](#)

39. থাইরয়েড গ্রন্থি কোথায় থাকে?



Watch Video Solution

40. কোন হরমোন হৃৎস্পন্দন বাড়ায়?



Watch Video Solution

41. থাইরয়েড গ্রন্থির কোন কোশ থেকে থাইরক্সিন স্ফরিত হয়?



Watch Video Solution

42. কোন হরমোন গ্লুকোজকে যকৃৎ ও পেশিতে গ্লাইকোজেনরূপে সঞ্চয় করে রাখতে সাহায্য করে?



Watch Video Solution

43. কিডনির উপরিভাগে অবস্থিত ত্রিভুজাকৃতি গ্রন্থির নাম কি?



Watch Video Solution

44. দৌড়নোর সময় অতিরিক্ত শক্তির জোগান দিতে কোন হরমোন সাহায্য করে?



Watch Video Solution

45. জরুরীকালীন হরমোনের নাম কি?



Watch Video Solution

46. অ্যাড্রিনালিন হরমোনের দুটি ক্রিয়া উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

47. কোন হরমোনের অধিক ক্ষরনে মানুষের মুন ফেস রোগ হয়?



Watch Video Solution

48. অতিসংক্ষিপ্ত পরিচয় দাও- মুন ফেস।



Watch Video Solution

49. মেয়েদের দেহে অবস্থিত জনন গ্রন্থির নাম কি?



[Watch Video Solution](#)

50. ছেলেদের শরীরে অবস্থিত জনন গ্রন্থির নাম কি?



[Watch Video Solution](#)

51. টেস্টোটারন কোথা থেকে ক্ষরিত হয়?



[Watch Video Solution](#)

52. স্ত্রীদেহে ত্বকের নীচে ফ্যাটজাতীয় পদার্থের সঞ্চয় ঘটিয়ে শরীরে বদল আনে কোন হরমোন?



[Watch Video Solution](#)

53. শূন্যস্থান পূরন করোঃ রাসায়নিক সমন্বয় ছাড়াও প্রানীদেহে অপর যে সংযোগব্যবস্থাটি দেখা যায় সেটি হল _____ সংযোগ।



[Watch Video Solution](#)

54. শূন্যস্থান পূরন করোঃ ভালোলাগা, মন্দলাগা, কান্না-হাসি প্রভৃতি আবেগ নিয়ন্ত্রন করে _____।



[Watch Video Solution](#)

55. শূন্যস্থান পূরন করোঃ _____কে রাসায়নিক সমন্বায়ক বলা হয়।



[Watch Video Solution](#)

56. শূন্যস্থান পূরন করোঃ অনাল গ্রন্থি থেকে _____ নিৰ্গত হয়।



Watch Video Solution

57. শূন্যস্থান পূরন করোঃ সনাল গ্রন্থি থেকে _____ নিৰ্গত হয়।



Watch Video Solution

58. শূন্যস্থান পূরন করোঃ যেসব গ্রন্থি একইসঙ্গে বহিঃক্ষরা ও অন্তঃক্ষরা গ্রন্থির কাজ করে তাদের ___ গ্রন্থি বলে।



Watch Video Solution

59. শূন্যস্থান পূরন করোঃ লিলাগ্রন্থি একপ্রকার ___ গ্রন্থি।



Watch Video Solution

60. শূন্যস্থান পূরন করোঃ সবচেয়ে বড় অন্তঃক্ষরা গ্রন্থিটি হল ___।



Watch Video Solution

61. শূন্যস্থান পূরন করোঃ মস্তিষ্কের মূলদেশে দুইখণ্ড
বিশিষ্ট ___ গ্রন্থি থাকে।



Watch Video Solution

62. শূন্যস্থান পূরন করোঃ ভেসোপ্রেসিন ক্ষরিত
হয় ___ গ্রন্থি থেকে।



Watch Video Solution

63. শূন্যস্থান পূরন করোঃ ___ হরমোন কে বৃদ্ধিপোষক হরমোন বলা হয়।



[Watch Video Solution](#)

64. শূন্যস্থান পূরন করোঃ ___ হরমোন আমাদের দেহে প্রোটিনের উৎপাদন বাড়ায় আর প্রোটিনের ক্ষয় কমায়।



[Watch Video Solution](#)

65. শূন্যস্থান পূরন করোঃ ইনসুলিন হরমোন ক্ষরিত হয়___গ্রন্থি থেকে।



Watch Video Solution

66. শূন্যস্থান পূরন করোঃ গ্লুকাগন হরমোনের উৎস___গ্রন্থি।



Watch Video Solution

67. শূন্যস্থান পূরন করোঃ গ্লুকোজের ভাঙ্গন ঘটিয়ে শক্তি উৎপাদনে সাহায্য করে ___।



Watch Video Solution

68. শূন্যস্থান পূরন করোঃ ___ গ্রন্থিকে সুপ্রারেনাল গ্রন্থি বলা হয়।



Watch Video Solution

69. শূন্যস্থান পূরন করোঃ অ্যাড্রিনাল গ্রন্থি থেকে ___ হরমোন স্ফরিত হয়।



[Watch Video Solution](#)

70. শূন্যস্থান পূরন করোঃ মহিলাদের মুখমণ্ডলে লোমের আধিক্য দেখা যায় ___ হরমোনের আধিক্যের জন্য।



[Watch Video Solution](#)

71. শূন্যস্থান পূরন করোঃ শুক্রাশয় থেকে ___ হরমোন
ক্ষরিত হয়।



[Watch Video Solution](#)

72. শূন্যস্থান পূরন করোঃ পুরুষদের প্রধান যৌন হরমোনটি
হল ___।



[Watch Video Solution](#)

73. শূন্যস্থান পূরন করোঃ প্রোজেস্টেরন
হরমোনটি _____ গ্রন্থি থেকে ক্ষরিত হয়।



[Watch Video Solution](#)

74. শূন্যস্থান পূরন করোঃ _____ হরমোন মেয়েদের দেহে
একটা নির্দিষ্ট বয়সের পর সক্রিয় হয়।



[Watch Video Solution](#)

75. শূন্যস্থান পূরন করোঃ টেস্টোটেবন ___গ্রন্থি থেকে ক্ষরিত হয়।



[Watch Video Solution](#)

76. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ রাগ হওয়া, কান্না পাওয়া, হিংসা করা, ভালোলাগা, অভিমান হওয়া এসবের নিয়ন্ত্রক হল হরমোন।



[Watch Video Solution](#)

77. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ ক্রিয়ার পর হরমোন সম্পূর্ণভাবে নষ্ট হয়ে যায়।



Watch Video Solution

78. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ হরমোন আমাদের শরীরে রক্তের মাধ্যমে পরিবাহিত হয়ে থাকে।



Watch Video Solution

79. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ এন্ডোক্রাইন গ্রন্থির ক্ষরন নালীপথে গ্রন্থির বাইরে আসে।



Watch Video Solution

80. হাইপোথ্যালামাসকে 'সুপ্রিম কমান্ডার' গ্ল্যান্ড বলা হয়।



Watch Video Solution

81. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ পিটুইটারি মস্তিষ্কের মূলদেশে স্ফেনয়েড অস্থির সেলা টারসিকা প্রকোষ্ঠে অবস্থান করে।



Watch Video Solution

82. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ অগ্র পিটুইটারি থেকে ক্ষরিত হরমোনগুলিকে ট্রফিক হরমোন বলা হয়।



Watch Video Solution

83. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ ভেসোপ্রেসিন একটি নিউরোহরমোনের উদাহরণ।



Watch Video Solution

84. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ থাইরক্সিন আমাদের দেহের সামগ্রিক বৃদ্ধিতে সাহায্য করে থাকে।



Watch Video Solution

85. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ থাইরক্সিন আমাদের শরীরের কোশগুলিতে অক্সিজেনের ব্যবহার কে কমিয়ে দেয়।



Watch Video Solution

86. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ ইনসুলিন ও গ্লুকাগন হরমোনের জন্য রক্তে গ্লুকোজের মাত্রা ঠিক থাকে।



Watch Video Solution

87. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ ইনসুলিনের কম ক্ষরনে হৃৎপিণ্ড, বৃক্ক ও চোখের কার্যক্ষমতা কমে যায়।



Watch Video Solution

88. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ টেস্টোটারন হরমোনের অধিক ক্ষরনে মহিলাদের মুখমণ্ডলে লোমের আধিক্য দেখা যায়।



Watch Video Solution

89. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ পুরুষদের শরীরে সামান্য পরিমাণে ইস্ট্রোজেন পাওয়া যায়।



Watch Video Solution

90. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ মহিলাদের দেহে খুব কম পরিমাণে টেস্টোস্টেরন হরমোন উপস্থিত থাকে।



Watch Video Solution

91. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ মেয়েদের শরীরে থাকার জননগ্রন্থির নাম হল শুক্রাশয়।



Watch Video Solution

92. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ ইনসুলিনকে ক্যালরিজেনিক হরমোন বলা হয়।



Watch Video Solution

93. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ বামদিকের অ্যাড্রিনাল গ্রন্থিটি ডানদিকের তুলনায় সামান্য ছোট।



Watch Video Solution

94. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ ভয়, দ্বন্দ্ব ও পালানো (3F)-এর মনোবৃত্তিকে অ্যাড্রিনালিন হরমোন জরুরিভিত্তিতে নিয়ন্ত্রন করে।



Watch Video Solution

95. তোমার ছোটবেলা থেকে এখন পর্যন্ত তোমার মধ্যে কি কি পরিবর্তন লক্ষ্য করেছ?



[Watch Video Solution](#)

96. বয়ঃসন্ধিকাল বা পিউবার্টি (puberty) কি?



[Watch Video Solution](#)

97. বয়ঃসন্ধিতে মনের কি ধরণের পরিবর্তন হয়?



[Watch Video Solution](#)

98. বয়ঃসন্ধিকালে ছেলেমেয়েদের মানসিক বিকাশ
কীরূপ হয়?



Watch Video Solution

99. বয়ঃসন্ধিকালে মেয়েদের ও ছেলেদের মধ্যে কি
ধরণের দৈহিক পরিবর্তন ঘটে?



Watch Video Solution

100. তেরো-চোদ্দ বছর বয়সে কি কি ধরণের আচরনের সমস্যা দেখা যায়? তোমার মতে এই ধরণের সমস্যা থাকলে কি করা দরকার?



Watch Video Solution

101. অন্ধকারে একা থাকলে কারোর কি কি সমস্যা হতে পারে?



Watch Video Solution

102. জীবনকুশলতা কি?



Watch Video Solution

103. বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা পরিকল্পিত দশটি কেন্দ্রীয়
জীবনকুশলতা কি কি?



Watch Video Solution

104. আত্মসচেতনতা কি?



Watch Video Solution

105. পারস্পরিক সম্পর্ক বলতে কি বোঝ?



Watch Video Solution

106. সমানুভূতি কি?



Watch Video Solution

107. বয়ঃসন্ধিকালের শুরুতে মেয়েদের বৃদ্ধি ছেলেদের

তুলনায়-

A. ধীরে ঘটে

B. দ্রুত ঘটে

C. সামান্য দ্রুত ঘটে

D. সামান্য ধীরে ঘটে

Answer:



Watch Video Solution

108. প্রদত্ত কোনটি সৃজনশীলতার বিষয় নয়?

A. ছবি আঁকা

B. গান গাওয়া

C. নাচ করা

D. চিন্তা করা

Answer:



Watch Video Solution

109. বয়ঃসন্ধিকালে কিশোরীদের চেহারা-

A. কোমল হয়ে ওঠে

B. কর্কশ হয়ে ওঠে

C. রোগা হয়ে ওঠে

D. কালো হয়ে ওঠে

Answer:



Watch Video Solution

110. বয়ঃসন্ধিকালে ঘটা মানসিক পরিবর্তনটি হল-

A. কণ্ঠস্বর পরিবর্তন

B. ত্বকের নীচে ফ্যাট সঞ্চয়

C. বুদ্ধিদীপ্ত চিন্তাভাবনা

D. ঘর্ষণস্থির ক্ষরন বৃদ্ধি

Answer:



Watch Video Solution

111. বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা দ্বারা নিরধারিত নীচের কোনটি
জীবনকুশলতার বিষয় নয়?

A. আহসচেতনতা

B. সৃজনশীল কাজে অংশগ্রহন

C. আশঙ্কা প্রকাশ

D. মানসিক চাপ নিয়ন্ত্রন

Answer:



Watch Video Solution

112. নিজের বিভিন্ন অনুভূতিগুলি সম্পর্কে সচেতনতা তৈরি করা এবং যথাযথভাবে তা প্রকাশ করা হল-

A. পারস্পরিক সম্পর্ক

B. পারস্পরিক সংযোগস্থাপন

C. সিদ্ধান্ত নেওয়া

D. আবেগ নিয়ন্ত্রন

Answer:



Watch Video Solution

113. WHO-কথাটির সম্পূর্ণরূপে কি?



Watch Video Solution

114. বয়ঃসন্ধি পর্বে ছেলেমেয়েদের শরীরে যেমন বিভিন্ন পরিবর্তন ঘটে, তেমনই আর কোথায় পরিবর্তন ঘটে?



Watch Video Solution

115. বয়ঃসন্ধিকালীন সময়ের যেকোনো দুটি আচরনরত সমস্যা উল্লেখ করো।



Watch Video Solution

116. রাগ কি?



Watch Video Solution

117. আমরা রেগে যাই কেন?



Watch Video Solution

118. ভয় পেলে দেখা দেয় এরূপ একটি শারীরিক সমস্যার কথা লেখো।



Watch Video Solution

119. মৌমাছির মৌচাক কীভাবে তৈরি করে?



Watch Video Solution

120. শূন্যস্থান পূরন করোঃ বয়ঃসন্ধিকালে শরীর ও মনের পরিবর্তনের জন্য দায়ী ____।



Watch Video Solution

121. শূন্যস্থান পূরন করোঃ সাধারণত কিশোরীদের বয়ঃসন্ধিকালের সময় গলার স্বর ____ হয়ে থাকে।



Watch Video Solution

122. শূন্যস্থান পূরন করোঃ আমাদের মুখমণ্ডলের ত্বকের লোমকুপগুলিতে বেশি পরিমাণ____জমে গেলে ব্রণ হওয়ার সম্ভাবনা দেখা দেয়।



[Watch Video Solution](#)

123. শূন্যস্থান পূরন করোঃ বয়ঃসন্ধিকালে ছেলেমেয়েদের____আচরনের প্রতি প্রবণতা জন্মায়।



[Watch Video Solution](#)

124. শূন্যস্থান পূরন করোঃ বয়ঃসন্ধিকালে অতিরিক্ত
ধূমপান ফুস্ফুস ___ করে দেয়।



[Watch Video Solution](#)

125. শূন্যস্থান পূরন করোঃ আবেগের ওপর ___ রেখে চলা
খুবই জরুরি।



[Watch Video Solution](#)

126. শূন্যস্থান পূরন করোঃ রাগ, দুঃখ কিংবা আনন্দের_____বহিঃপ্রকাশের শরীরের ও মনের ক্ষতি হতে পারে।



Watch Video Solution

127. শূন্যস্থান পূরন করোঃ _____হল এক বিশেষ আচরন যা প্রতিটিমানুষকে তার চাহিদা ও চ্যালেঞ্জের মুখোমুখি হয়ে মোকাবিলা করার সাহস জুগিয়ে যথার্থ ভালো মানুষ গড়ে তোলে।



Watch Video Solution

128. শূন্যস্থান পূরন করোঃ অন্যের____-এর সঙ্গে নিজেকে शामिल করে তার অনুভূতি গুলিকে বোঝা ও প্রকাশ করা হল সমানুভূতি।



Watch Video Solution

129. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ বয়ঃসন্ধিকালে কিশোর-কিশোরীদের আবেগ খুব বেশি হয়ে থাকে।



Watch Video Solution

130. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ রাগ আমাদের দেহে জৈব রাসায়নিক পরিবর্তন ঘটায়।



Watch Video Solution

131. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ অনিয়ন্ত্রিত আবেগ প্রকাশে আমাদের শরীর ও মনের কোনরকম ক্ষতি হয়না।



Watch Video Solution

132. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ আত্মসচেতনতা হল জীবনকুশলতা চর্চার একটি অন্যতম দিক।



Watch Video Solution

133. সত্য অথবা মিথ্যা নির্বাচন করোঃ বয়ঃসন্ধিকালে ছেলেমইয়েরা ধীরস্থির ও সংযমী হয়।



Watch Video Solution

134. বেমানান শব্দটি খুঁজে বার করো । পিটুইটারি,
থাইরয়েড, লালাগ্রন্থি, অ্যাড্রিনাল



Watch Video Solution

135. বেমানান শব্দটি খুঁজে বার করো । STH, TSH,
ভেসোপ্রেসিন, অ্যাড্রিনালিন



Watch Video Solution

136. বেমানান শব্দটি খুঁজে বার করো । সোম্যাটোট্রফিক হরমোন, থাইরয়েড স্টিমুলেটিং হরমোন, ভেসোপ্রেসিন, গোন্যাডোট্রফিক হরমোন



Watch Video Solution

137. বেমানান শব্দটি খুঁজে বার করো । রাগ, ভয়, আত্মসচেতনতা, হতাশা



Watch Video Solution

138. বেমানান শব্দটি খুঁজে বার করো । ভয়, মানসিক
চাপ, পেশিটান, কষ্ট



Watch Video Solution

139. প্রথম জোড়ার সম্পর্ক দেখে দ্বিতীয় জোড়ার শূন্যস্থান
পূরণ করো । ট্রিফিক হরমোন : অগ্র পিটুইটারি : :
নিউরোহরমোন : __ ।



Watch Video Solution

140. প্রথম জোড়ার সম্পর্ক দেখে দ্বিতীয় জোড়ার শূন্যস্থান পূরণ করো । অ্যান্টিডায়াবেটিক হরমোন : ইনসুলিন : :
জরুরিকালীন হরমোন : __ ।



Watch Video Solution

141. প্রথম জোড়ার সম্পর্ক দেখে দ্বিতীয় জোড়ার শূন্যস্থান পূরণ করো । পুরুষদের দাড়ি, গাঁফ বৃদ্ধি : টেস্টোস্টেরন : :
মহিলাদের শরীরে ফ্যাট সঞ্চয় : __ ।



Watch Video Solution

142. প্রথম জোড়ার সম্পর্ক দেখে দ্বিতীয় জোড়ার শূন্যস্থান
পূরণ করো । ফ্যাট সঞ্চয় : শরীরের পরিবর্তন : :
সৃজনশীল চিন্তা : __ ।



Watch Video Solution

143. প্রদত্ত জোড়াটি ঠিক না ভুল উল্লেখ করো । সর্ববৃহৎ
মিশ্র গ্রন্থি - অগ্ন্যাশয় ।



Watch Video Solution

144. প্রদত্ত জোড়াটি ঠিক না ভুল উল্লেখ করো ।
থাইরক্সিনের বেশি ক্ষরণ - বিস্ফারিত চক্ষুসহ গয়টার ।



Watch Video Solution

145. প্রদত্ত জোড়াটি ঠিক না ভুল উল্লেখ করো । দেহের
তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রনকারী হরমোন - অ্যাড্রিনালিন ।



Watch Video Solution

146. প্রদত্ত জোড়াটি ঠিক না ভুল উল্লেখ করো ।

অ্যাক্সিডিনালিনের অধিক ক্ষরণ - মুন ফেস ।



Watch Video Solution

147. প্রদত্ত জোড়াটি ঠিক না ভুল উল্লেখ করো ।

সিবেসিয়াস গ্রন্থির ক্ষরণ বৃদ্ধি - ব্রণর উৎপত্তি ।



Watch Video Solution

148. প্রদত্ত জোড়াটি ঠিক না ভুল উল্লেখ করো। ভালো
লাগা - সৃজনশীলতা।



Watch Video Solution

149. ছোটো থেকে বড়ো হওয়ার সময় আমাদের দেহে
নানান পরিবর্তন ঘটে। এই পরিবর্তনের জন্য দায়ী হল
কিছু বিশেষ রাসায়নিক পদার্থ তথা হরমোন। নিজেদের
মধ্যে আলোচনা করে নীচের প্রশ্নটির উত্তর দাও। বিভিন্ন
অন্তঃক্ষরা গ্রন্থি থেকে ক্ষরিত হরমোনের প্রভাব দেখা যায়
এমন কিছু শারীরিক পরিবর্তনের কথা আলোচনা করো।





Watch Video Solution

150. ছোটো থেকে বড়ো হওয়ার সময় আমাদের দেহে নানান পরিবর্তন ঘটে । এই পরিবর্তনের জন্য দায়ী হল কিছু বিশেষ রাসায়নিক পদার্থ তথা হরমোন । নিজেদের মধ্যে আলোচনা করে নীচের প্রশ্নটির উত্তর দাও । ' লালাগ্রহি ' অন্তঃক্ষরা না বহিঃক্ষরা - কী জাতীয় গ্রহি ?



Watch Video Solution