

PENDIDIKAN KESIHATAN
TAHUN 5

KITARAN HAID

Tarik & letak jawapan yang betul.

NAME: _____ KELAS : _____

kesihatan

21 hari

kitaran

doktor

haid

bulan

kehamilan

15 hari

pertama

1. Remaja perempuan mencapai akil baligh apabila didatangi
_____ untuk kali pertama.
2. Individu akan mengalami kedatangan haid pada setiap
_____.
3. Tempoh kedatangan _____ boleh berlaun selama tiga hingga
tujuh hari.
4. Tempoh _____ setiap individu adalah berbeza iaitu antara
_____ hingga 35 hari.
5. Kitaran haid dikira dari hari _____ kedatangan haid hingga
hari pertama haid pada bulan berikutnya.
6. Merekod kitaran haid adalah penting agar dapat mengesan masalah
_____ dan merancang _____ selepas perkahwinan.
7. Kita perlu berjumpa _____ jika kedatangan haid atau tempoh
kedatangan haid melebihi _____.