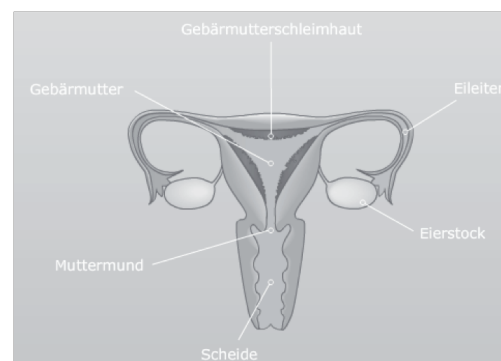


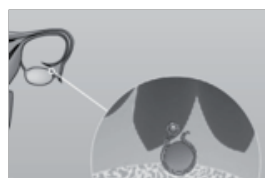


**Der Monatszyklus**

Die Zeit zwischen dem ersten Tag der Regelblutung und dem letzten Tag vor der nächsten Periode wird Monatszyklus genannt. Er dauert normalerweise zwischen 25 und 32 Tagen. Das ist aber nicht nur von Mädchen zu Mädchen unterschiedlich, sondern kann sogar von Monat zu Monat mal länger oder kürzer sein.



**Bringe die einzelnen Abläufe in die richtige Reihenfolge.**



Ist die Eizelle reif, platzt das sie umgebende Häutchen. Dies nennt man Eisprung (Ovulation). Die Eizelle wird aus dem Eierstock geschwemmt, vom Eileitertrichter aufgefangen und gelangt in den Eileiter.



Gleichzeitig reift die Eizelle in einem Bläschen heran, das mit Flüssigkeit gefüllt ist. Man nennt sie deshalb Eibläschen oder Follikel. Die Gebärmuttersschleimhaut wird neu aufgebaut.



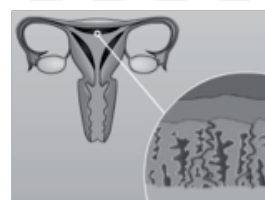
Wurde die Eizelle nicht befruchtet, löst sich die Gebärmuttersschleimhaut nach ungefähr 2 Wochen ab und wird mit der Blutung ausgeschieden. Ein neuer Zyklus beginnt.



Der Zyklus beginnt immer am ersten Tag der Monatsblutung - auch Menstruation, Regel oder Periode genannt. Die Gebärmuttersschleimhaut löst sich ab und wird mit der Blutung ausgeschieden.



Nach dem Eisprung bleibt die Eizelle für etwa 24 Stunden befruchtungsfähig. Sie wandert durch den Eileiter in Richtung Gebärmutter und kann von einer Samenzelle befruchtet werden. Diese Wanderung dauert drei bis vier Tage.



Die Gebärmuttersschleimhaut ist dicker geworden und auf die Einnistung des Eis vorbereitet.



## ***Der Monatszyklus***

Seite 2 von 3

### **Hier findest Du Informationen**

- **Internet:**  
**www.loveline.de** unter:  
Themen → Mädchen → Meine Regel → Der Monatszyklus  
Dort gibt es auch einen Film, der die einzelnen Schritte des Zyklus zeigt.
- **Broschüren:**
  - Aufregende Jahre. Jules Tagebuch



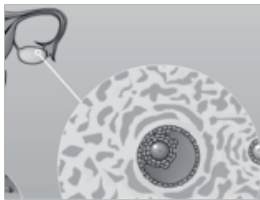
## Der Monatszyklus

Seite 3 von 3

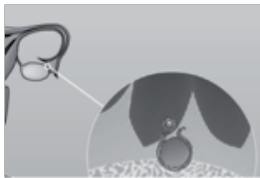
### Lösung:



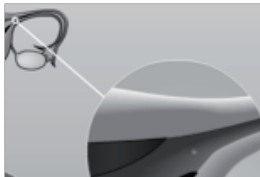
1. Der Zyklus beginnt immer am ersten Tag der Monatsblutung - auch Menstruation, Regel oder Periode genannt. Die Gebärmutter-schleimhaut löst sich ab und wird mit der Blutung ausgeschieden.



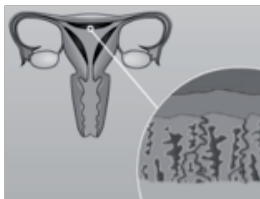
2. Gleichzeitig reift die Eizelle in einem Bläschen heran, das mit Flüssigkeit gefüllt ist. Man nennt sie deshalb Eibläschen oder Follikel. Die Gebärmutter-schleimhaut wird neu aufgebaut.



3. Ist die Eizelle reif, platzt das sie umgebende Häutchen. Dies nennt man Eisprung (Ovulation). Die Eizelle wird aus dem Eierstock geschwemmt, vom Eileitertrichter aufgefangen und gelangt in den Eileiter.



4. Nach dem Eisprung bleibt die Eizelle für etwa 24 Stunden befruchtungsfähig. Sie wandert durch den Eileiter in Richtung Gebärmutter und kann von einer Samenzelle befruchtet werden. Diese Wanderung dauert drei bis vier Tage.



5. Die Gebärmutter-schleimhaut ist dicker geworden und auf die Einnistung des Eis vorbereitet.



6. Wurde die Eizelle nicht befruchtet, löst sich die Gebärmutter-schleimhaut nach ungefähr 2 Wochen ab und wird mit der Blutung ausgeschieden. Ein neuer Zyklus beginnt.