

Witam chętnych uczniów klasy IV b do poznania pierwszych zmian fizycznych

i psychicznych u dziewcząt

11-18.05.20 r.

1. Dojrzewanie u chłopców

Okres dojrzewania u chłopców rozpoczyna się w wieku około 12–14 lat.

Pierwsze zmiany fizyczne to:

- szybki wzrost – skok pokwitaniowy
- początek rozwoju jąder -powiększanie
- pierwsze włosy w okolicach: łonowej, doły pachowe
- zanik tkanki mięśniowej i rozwój mięśni

Następnym ważnym symptomem pokwitania jest pojawienie się polucji (zmazy nocne).
Podczas snu samoistnie wydziela się nasienie męskie, które plami pościel.

Około 14-15 roku życia chłopcy przechodzą mutacje głosu- czyli na skutek pogrubienia strun głosowych zmienia się głos z dziecięcego w niski-męski
na tym i dalszym etapie dojrzewania pojawia się zarost na twarzy

Dolegliwości, które mogą się pojawić w związku z pokwitaniem:

- bóle jąder
- nierównomierny wzrost jąder
- duży apetyt
- drażliwość
- przetłuszczanie się włosów
- nadmierna potliwość
- aktywność gruczołów zapachowych (nieprzyjemna woń potu)

<https://www.youtube.com/watch?v=YavEH9CdoXM>

G.Kulbat