



ТЫ ВЗРОСЛЕЕШЬ



КОГДА ДЕВОЧКА СТАНОВИТСЯ ПОДРОСТКОМ

11-14 лет – возраст, в котором организм девочки начинает активно готовиться к тому, что в будущем она станет матерью. За это отвечает репродуктивная система, в которую входят наружные и внутренние половые органы, железы вырабатывают **половые гормоны**.

ГОРМОНЫ – особые вещества, которые регулируют всё, что происходит в организме (например, рост).

Появлению менструации предшествуют невидимые глазу, но очень важные процессы в яичниках. В них не только вырабатываются половые гормоны, но и созревают уникальные **женские половые клетки – яйцеклетки**, которые при слиянии с мужскими половыми клетками создают новую жизнь.

ПРЕВРАЩЕНИЕ ИЗ ДЕВОЧКИ В ДЕВУШКУ:

- Развиваются молочные железы;
- В области половых органов и подмышек появляются волосы;
- Меняется тело, становится более женским (узкая спина, широкие бедра).
- Могут появиться прыщи;
- Появление менструации.



Начинаясь с 13-14 лет, эти процессы в норме в организме происходят циклически, каждый месяц. Период с первого дня одной менструации до первого дня последующей менструации, называют менструальным циклом. Он может длиться от 21 до 45 дней. Продолжительность дней кровотечения не должна быть меньше 3-х и более 7 дней, чтобы врач, к которому ты пойдешь, мог знать, нет ли каких отклонений в твоём менструальном цикле, **заведи календарик**, в котором сможешь отмечать дни менструации.

ПОВОД ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ

Первый осмотр девочки врач акушер-гинеколог осуществляет в родильном доме, затем плановый осмотр проводится в 9–12 месяцев.
Следующий возраст посещения 3, 7, 10, 12 лет и с 14 лет ежегодно.

Если вы заметили подобные симптомы, это послужит причиной обращения к акушеру-гинекологу:

- Покраснения, зуд, болевые ощущения в половых органах (в том числе во время менструации).
- Тошнота, рвота во время менструального цикла
- Отсутствие признаков полового созревания после 15 лет
- Раннее половое созревание (до 8 лет), например, увеличение молочных желез, кровяные выделения из половых губ
- Неправильное строение половых органов, сращение малых половых губ
- Обильные или нерегулярные кровотечения, слишком частые или их отсутствие
- Избыточное оволосение, появление акне
- Патологические выделения.

ПОДРОСТКОВЫЕ КОМПЛЕКСЫ, ПЕРИОД ПОЛОВОГО СОЗРЕВАНИЯ

ПСИХИЧЕСКИЕ И ФИЗИЧЕСКИЕ ПЕРЕСТРОЙКИ ОРГАНИЗМА

Подрастковый комплекс так или иначе связан с внутренним конфликтом и противоречиями, которые подросток испытывает в период полового созревания. Меняется его отношение к миру, к жизни вообще, возрастает интерес к противоположному полу. Ребенку бывает тяжело привыкнуть к мыслям о том, что его внешность меняется, тело становится нескладным, волосы более сальными, появляются прыщи, а иногда и излишки жира, растут волосы там, где их раньше не было.

В основе такого конфликта с одной стороны лежит убеждение «я уже взрослый» и с другой – неосознанная необходимость в поддержке со стороны родителей и других значимых взрослых, которую можно обозначить высказыванием «я еще ребенок».

Чувствуете, что не справляетесь?

Обратитесь за помощью к психологам.

Взгляд со стороны на вашу ситуацию поможет найти выход, КОТОРЫЙ ЕСТЬ ВСЕГДА.

