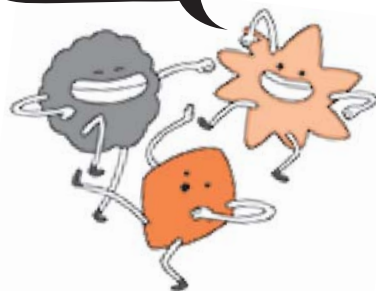


ALE... ČO SPÔSOBUJE PUBERTU?

Si pripravený na **VEDU? *DRAMATICKÁ HUDBA***

Za všetko môžu hormóny – látky v tvojom tele, ktoré prúdia v krvi a hovoria bunkám a orgánom, aby robili určité veci. Ber ich ako chemických poslov, ktorí odštartujú pubertu a počas dospievania naďalej hovoria tvojmu telu, ako sa má vyvíjať a meniť.

NINDŽA HORMÓNY!



FÁZA 1 Všetko sa začína vtedy, keď jeden z hormónov, o ktorých sme hovorili, putuje do miesta v spodnej časti mozgu, ktoré je veľké ako hrášok a nazýva sa hypofýza. Tento hormón príde a povie žlaze, aby vylučovala nové, iné hormóny vrátane testosterónu zo semenníkov (niekedy nazývaných aj „**GULKY**“, pretože... nuž, tvarom ich trochu pripomínajú). Semenníky potom začnú vylučovať spermie, z ktorých pri spojení so ženským vajíčkom vznikne bábätko. Začneš aj rásť, niekedy raketovou rýchlosťou, čo sa tiež nazýva „prudký rast“.

AKO DLHO SOM SPAL?



FÁZA 2 Zatiaľ čo stále rastieš a priberáš, tvoje semenníky sa zväčšujú a pri koreni penisu ti začínajú rásť chlpy. Nazývajú sa aj lonové ochlpenie.

FÁZA 3 Penis sa začína predlžovať. V tejto fáze sa chlapcom často prehlbujú hlasy, vraví sa, že im hlasy „mutujú“. **NEBOJ SA**, v skutočnosti mutovať nebudú! Z času načas môže byť tvoj hlas roztrasený alebo pisklavý, no to je úplne normálne. V ďalšom vývoji sa to ustáli.

Vedel si, že...?

V období puberty pociťuje mnoho chlapcov v oblasti bradaviek opúchanie a citlivosť. Neboj sa, nemeníš sa na ženu, spôsobuje to len prúdenie hormónov a je to iba dočasné, zvyčajne na dobu pár mesiacov.

FÁZA 5 Ako sa puberta blíži ku koncu, dosiahneš svoju konečnú výšku a ramená sa ti rozšíria. Tvárové ochlpenie sa bude objavovať pravidelne, a tak môžeš rozmýšľať o holení (**POZRI S. 18 – 19**). Fyzicky sa z teba stal **MUŽ**.

RASTIEME AKO O ŽIVOT!



FÁZA 4 Lonové ochlpenie naďalej rastie a tvoj penis je hrubší a dlhší. Pokožka je mastnejšia, čo môže spôsobovať vyrážky (**POZRI S. 20 – 23**). Chlpy sa objavia aj pod pazuchami, nad hornou perou a na lícach. Je to tak, vitaj na **ÚZEMÍ FÚZAČOV!**

