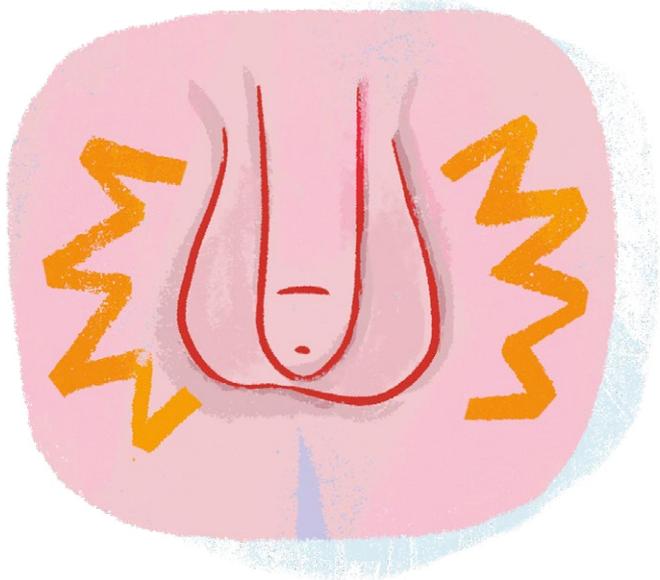


## ГЛАВА 3

# Что такое половое созревание?

В период полового созревания в твоём доме, то есть в твоём теле, происходят сильные изменения. Постепенно ты превратишься из ребенка во взрослого. Тебя ждет большое приключение. **В этой главе я приготовила карту и список вещей, которые тебе пригодятся.**

**Как ты уже знаешь, этот период называется взрослением, или, если по-научному, половым созреванием.** В это время ты сильно меняешься физически: растешь, иногда ломается голос, волосы появляются там, где их раньше не было, изменяются и гениталии, то есть половые органы.



### **Гениталии — это пенис и яички**

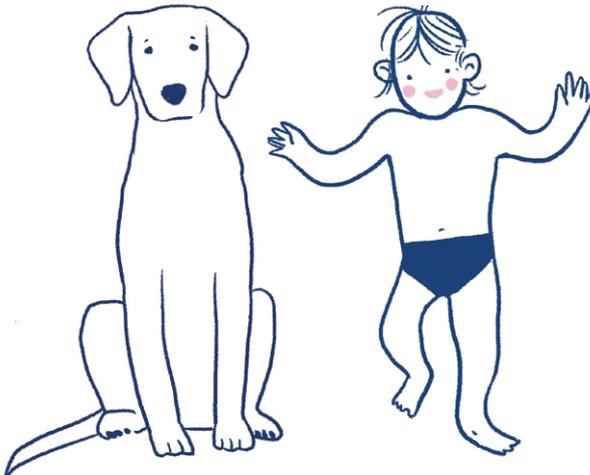
Пенис также иногда называют словами «член» и «фаллос». А может, ты знаешь еще какое-то название? Главное, чтобы оно тебе нравилось.

Половое созревание у мальчиков **обычно начинается в 9–14 лет** (у девочек в 8–13) и **длится 4–6 лет**. Помни, что каждый взрослеет в собственном, подходящем для него темпе.



### А знаешь, что...

Люди взрослеют дольше, чем собаки или кошки. Все потому, что у нас большой мозг и ему требуется немало времени, чтобы сформироваться.



Посмотри на карту путешествия. На ней обозначены изменения, которые с тобой произойдут. Не забывай: у одних мальчиков они начинаются раньше, чем у других. И это нормально. **У тебя умное тело, и оно знает, что делает.**

## Карта путешествия

### 9–10 лет

#### Гормональная волна

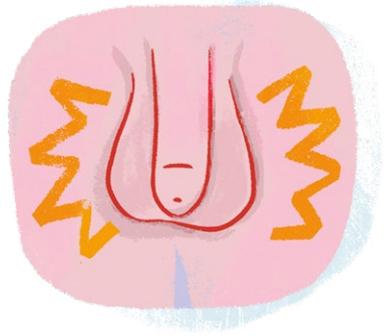
Сейчас начнется! Активно вырабатываются гормоны, в том числе половые. Во главе с гормоном-звездой, то есть тестостероном.



**9–10 лет**

### Яички растут!

Это первый этап полового созревания. Яички, пенис и мошонка становятся крупнее. Мошонка — это защитный мешочек из кожи, в котором спрятаны яички.



**9–12 лет**

### Новые волосы

Вокруг пениса и яичек появляются новые волосы. Их называют лобковыми волосами.



**13–14 лет****Скачок роста**

Теперь ты действительно растешь очень быстро, иногда аж на 9 см в год! Именно поэтому взрослые постоянно удивляются.





**14–15 лет**

### **Ломается голос**

Твоя гортань и голосовые связки увеличиваются, и голос тоже меняется: может стать низким, а может — высоким. Это явление называют мутацией голоса. Обычно она длится несколько месяцев, после чего голос стабилизируется.



**14–15 лет**

### **А вот и прыщ!**

Выскакивают прыщи.

Кажется, с этим сталкиваются все!

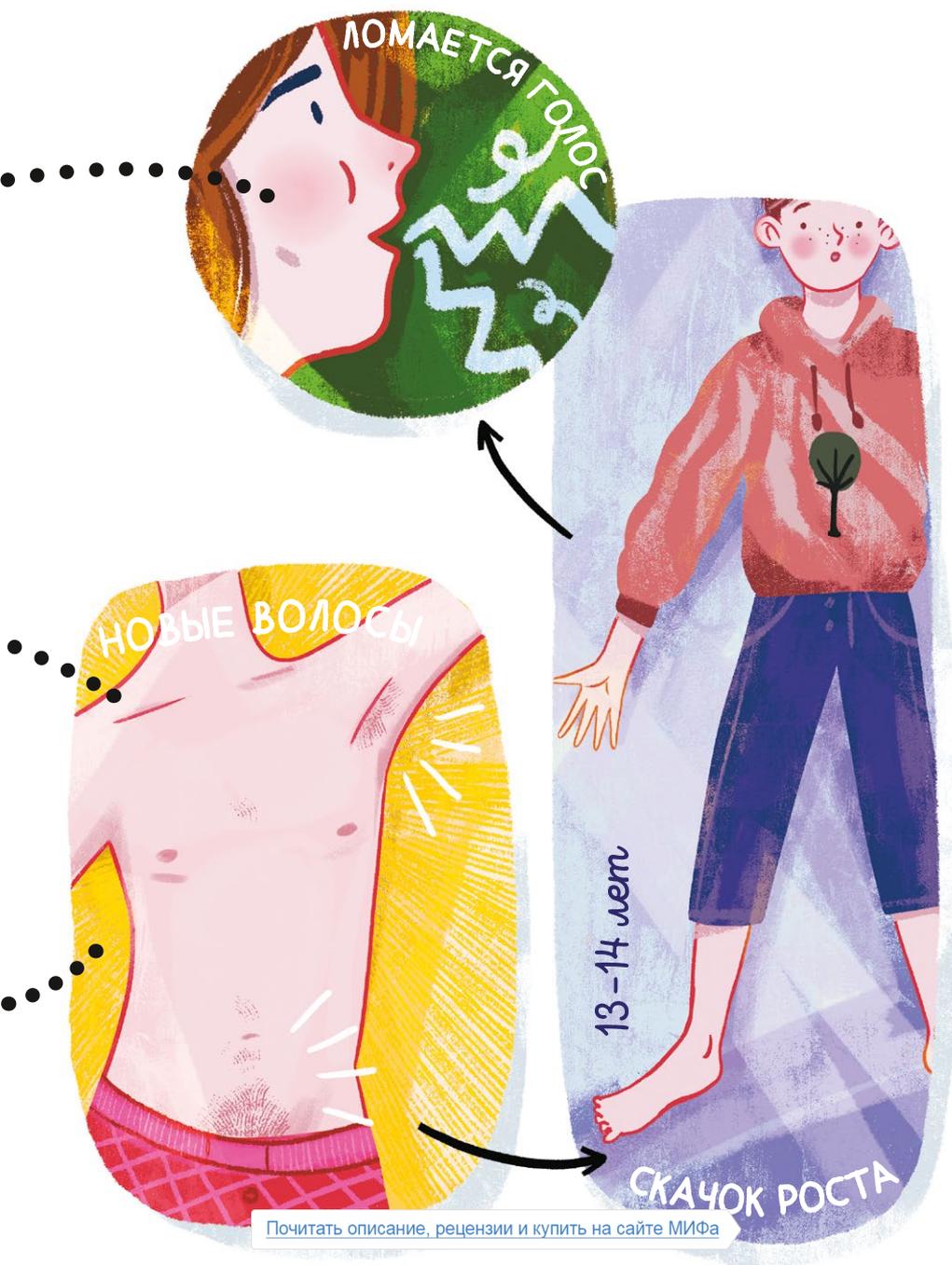
Теперь шаг за шагом мы пройдем каждый этап, чтобы ты мог подготовиться.

## Готов? Отправляемся в путь!



9-10 лет







[Почитать описание, рецензии  
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

