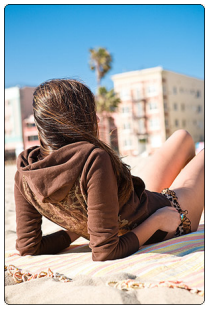
Автор: Administrator
07.08.2008 17:00 -



Начинается же половое созревание у девочек примерно в 10-11 лет, в то время, когда потихоньку увеличивается грудь, т. е. развивается молочная железа. Это – только начало, грудь у девушки растет лет до 18-ти.
Вслед за грудью, в те же раннеподростковые годы, начинают расти волосы на лобке и в подмышках. Первые месячные, как правило, случаются через два- два с половиной годы, иногда – через полтора.

Помогают половому созреванию женские гормоны – эстрогены – чьему появлению в организме девушки способствует жировая ткань. Именно поэтому, как считают ученые, полные девочки зачастую созревают быстрее худеньких. Недавно был определен даже некий рубеж веса - 45 кг .

Как правило, именно после преодоления этого рубежа наступает первая менструация. А вот у стремящихся к "модельному" весу девочек и девушек, проблемы с месячными часты именно из-за того, что "веса минимум" они так и не достигли.

Первые месячные длятся, как правило, 6-10 дней. Затем срок укорачивается до 3х-7-ми дней. Если первая менструация продолжалась меньше трех, или больше десяти дней, стоит обратиться к медикам. Поводом для беспокойства также служат нерегулярные менструации, боли во время менструаций, или ситуация, когда девочке больше 14-ти лет, а месячных все еще не было.

Нижняя планка начала выработки эстрогенов -7-8 лет, верхняя -12. Примерно в этом возрасте (иногда: годом – полутора позже) происходит кульминация выброса этих гормонов, вследствие чего у девочки резко увеличивается количество выделений из половых органов. Это совершенно нормально.

Одновременно с этим, девочка начинает очень быстро расти, примерно по 8 -12 см . в год. Однако рост ее прекращается быстрее, чем у мальчиков – годам к 16-ти 17-ти она останавливается. Надо заметить, что кости девочки растут не одинаково, но с разной скоростью, так что девочка-подросток очень часто бывает непропорциональна. Это пройдет со временем, когда девочка окончательно оформится, превратившись в девушку.

В период полового созревания у девочки может начаться резкая прибавка веса, проблемы с кожей. Эти вещи естественны для подростка женского пола, от них не следует стремиться избавиться немедленно, раз и навсегда. Но и пускать все на самотек, разумеется, не следует. Родителям в этот период нужно особенно строго следить за гигиеной взрослеющей дочери, особенно за гигиеной половых органов, и за ее пищевым рационом.
Полностью половозрелой девочка становится в 17-18 лет