

# ЗМІСТ

## ВІД ПІДЛІТКА ДО ДОРΟΣЛОГО

### ПІДЛІТКОВИЙ ВІК

Чому говорять про «перехідний вік»? ..... 14

### ВІД ХЛОПЧИКА ДО ЧОЛОВІКА

Статеве дозрівання у хлопців. Що це? ..... 15

Як утворюються сперматозоїди? ..... 16

Звідки виходять сперматозоїди? ..... 17

Як виходять сперматозоїди? ..... 17

### ВІД ДІВЧИНКИ ДО ЖІНКИ

Статеве дозрівання у дівчат: що це таке? ..... 18

Що таке менструація? ..... 19

Навіщо це? ..... 20

Що таке овуляція? ..... 21

## СТАТЕВИЙ АКТ

### ТРОХИ АНАТОМІЇ

Навіщо яєчка та яєчники? ..... 24

Що таке статеві клітини? ..... 25

Навіщо потрібен гіпофіз? ..... 26

Як сперматозоїд зустрічається з яйцеклітиною? ..... 27

### ЗАЧАТТЯ ДИТИНИ

Дівчинка чи хлопчик? ..... 28

Чи ми всі є унікальними? ..... 29

Пристрасть. Як це працює? ..... 30

Що означає «кохатися»? ..... 31

## НЕ ЗАЧИНАТИ ДИТИНУ

Чи щоразу, займаючись коханням, ми можемо зачати дитину? .....	32
Пігулка або презерватив? .....	32
Чи існують інші методи контрацепції? .....	33
Як діяти у разі небажаної вагітності? .....	33
А якщо більше не хочеться мати дітей? .....	34

## ІНФЕКЦІЇ, ЩО ПЕРЕДАЮТЬСЯ СТАТЕВИМ ШЛЯХОМ (ІПСШ)

Що таке СНІД? .....	35
Які інші інфекції є поширеними? .....	35
Як можна дізнатися, чи ти є ВІЛ-позитивним? .....	36
Як бути, якщо ти є ВІЛ-позитивним? .....	37
Що таке ВПЛ? .....	37

## ФОРМУВАННЯ ДИТИНИ

### ВІД ЯЙЦЯ ДО ЕМБРІОНА

Як сперматозоїд і яйцеклітина можуть перетворитися на немовля? .....	40
Чи існують небезпечні захворювання під час вагітності? .....	41
Народиться дівчинка чи хлопчик? .....	42
Як мати дітей у разі безплідності? .....	43

### У МАМИ В ЖИВОТИКУ

Як яйце кріпиться до матки? .....	44
Навіщо необхідна плацента? .....	45
Навіщо потрібні навколоплідні води? .....	46
Що таке аборт? .....	46
Що таке викидень? .....	46

### ЕМБРІОН

Чи продовжують множитися клітини плоду? .....	47
Як клітини малюка перетворюються на органи? .....	47
У 6 місяців дитина майже сформована? .....	48

Він поворухнувся? .....	49
Чому існують близнюки? .....	50

## НАРОДЖЕННЯ

Пологи. Це дуже боляче? .....	51
Чи дуже довго тривають пологи? .....	52
Як народжуються близнюки? .....	53
Що таке кесарів розтин? .....	53

## ЖИТТЯ МАЛЮКА

### ОДРАЗУ ПІСЛЯ НАРОДЖЕННЯ

Що таке інкубатор? .....	56
Що таке передчасні пологи? .....	56
Чому одразу після народження дитина кричить? Їй боляче? .....	57
Яким є перший догляд? .....	57
Якими є перші враження дитини? .....	58
Грудне вигодовування чи пляшечка? .....	58

### ПЕРШІ РОКИ

Якими є перші задоволення дитини? .....	59
Хто ревнує? .....	60

### КОЖНОМУ СВОЯ СТАТЕВА ПОВЕДІНКА

Що таке мастурбація? .....	61
Що таке гомосексуальність? .....	61
Що таке сексуальне насильство? .....	62
Як захиститися? .....	63

### АЛФАВІТНИЙ ПОКАЖЧИК ..... 64 |

### ЦЕ НЕОБХІДНО ЗНАТИ ..... 66 |

Допомога в Україні дітям, які зазнали насилля .....	66
Інформація про СНІД .....	66

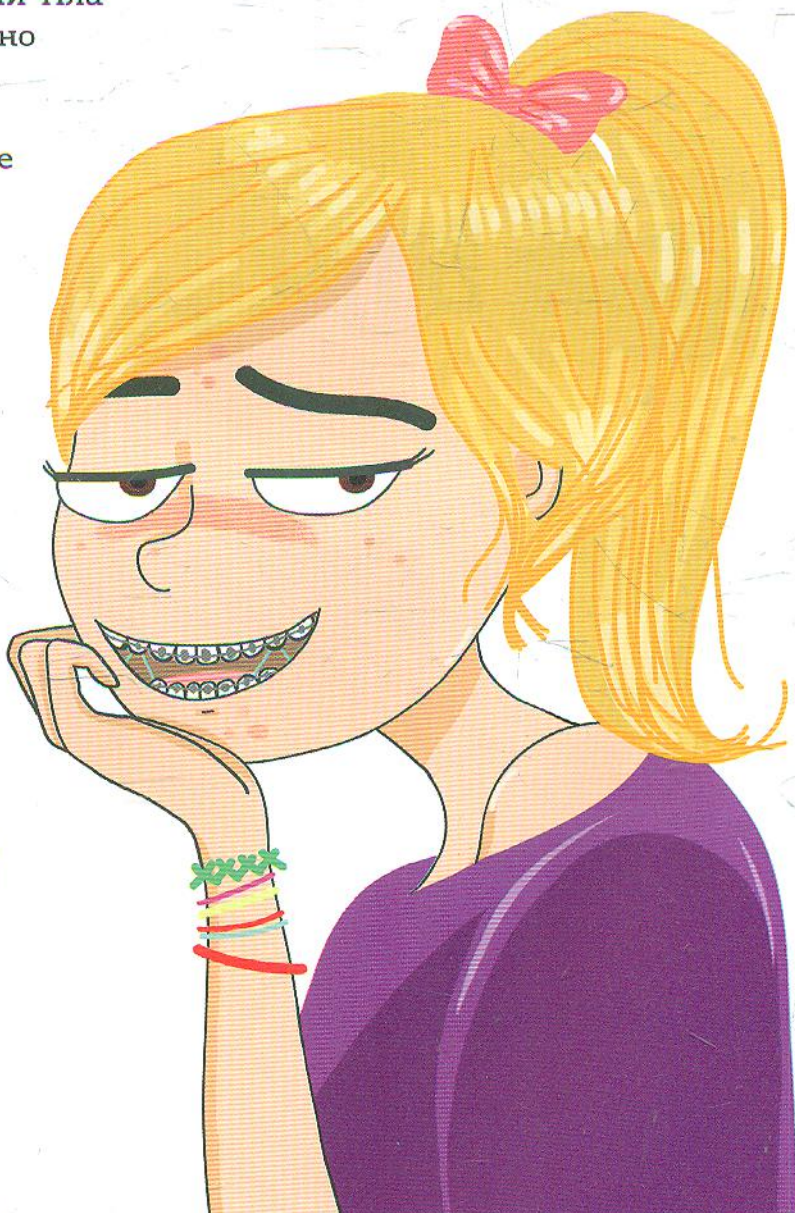
# ПІДЛІТКОВИЙ ВІК

## ● Чому говорять про «перехідний вік»?

Тому що людям цього віку важко адаптуватися до нової зовнішності.

Вони не завжди почуваються комфортно. Не всі частини тіла підлітка ростуть одночасно й пропорційно, тому це спричиняє тимчасову дисгармонію. Шкіра може стати жирнішою; у підлітка часто з'являються прищі, чорні цяточки на обличчі...

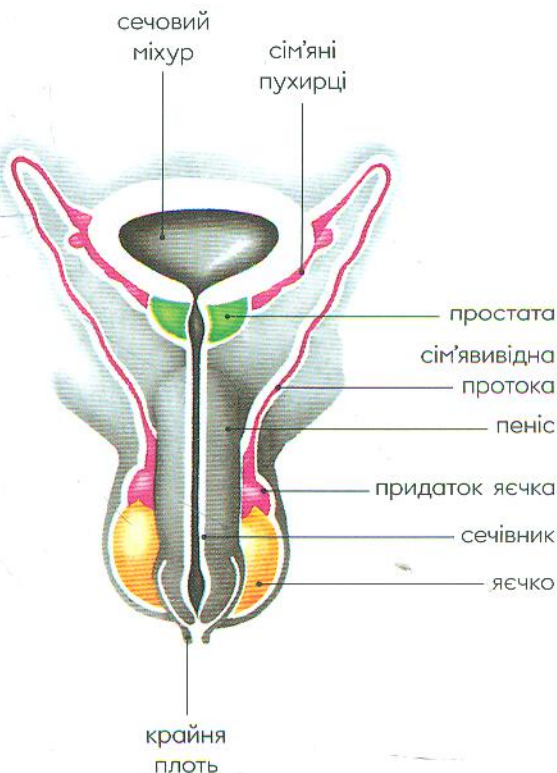
Але це не триває все життя. До того ж, існують препарати, які виліковують ці прищі як у хлопчиків, так і у дівчаток.



# ВІД ХЛОПЧИКА ДО ЧОЛОВІКА

## ● Статеве дозрівання у хлопців. Що це?

У 10–13 років ти занадто молодий, щоби мати дитину. Хлопчики ще не виробляють сперму. Лише трохи пізніше розпочнеться час статевого дозрівання, переходу між дитинством і юнацтвом. Це інколи важкий час. І юнаки почуваються трохи дивно. Хлопчик зростає значно швидше. Його голос стає грубішим, майже як у дорослого. Кажуть, що голос «ламається». Навколо члена, що зростає, з'являється волосся; яєчка, що містяться в невеликому мішечку – мошонці, також збільшуються.



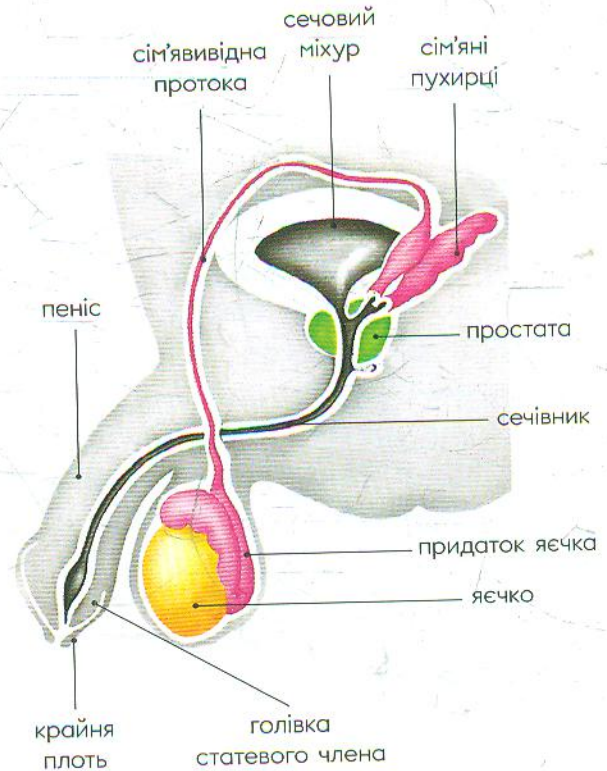
З'являються перші вуса й кілька волосків на підборідді. Хлопець пишається, але й трохи переживає, бо в його організмі відбуваються дуже важливі процеси для того, аби у яєчках утворилися сперматозоїди. Хлопчик таким чином починає перетворюватися на чоловіка. Його організм потроху починає виробляти чоловічі гормони. Незабаром він вироблятиме їх значно більше! Саме вони спричиняють перетворення.

## ● Як утворюються сперматозоїди?

Ячка складаються з приклеєних одна до одної невеликих трубочок, що сполучаються з більш широким каналом, де клітини утворюються безперервно. Сперматозоїд — це крихітна клітина, з головою і дуже довгим тонким хвостом, з допомогою якого здійснюється рух протокою. Він трохи схожий на пуголовка. Спочатку сперматозоїди накопичуються в маленькому органі — придатку ячка. Вони мають пройти довгий і повільний шлях — близько двох місяців — перед тим, як вийдуть назовні. Потрапляють до сім'явидної протоки, що веде в живіт. Потім переміщуються у насінні пухирці — спеціальні маленькі мішечки, розміщені за сечовим міхуром. Там секрети насінних пухирців змішуються із секретами простати, яка постачає їм поживні речовини. Ця суміш є спермою.



Сперматозоїд, значно збільшений під мікроскопом, аби можна було його побачити.

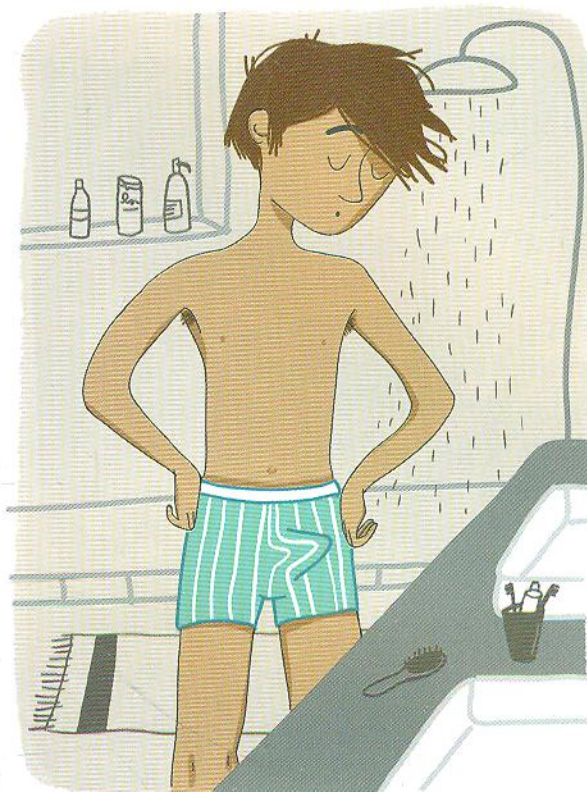


Сперматозоїди, рухаючись від придатка ячка до сім'яних пухирців, проходять крізь два сім'яні канали. Там вони накопичуються, але не для того, аби відпочивати, а щоб зберігатися. Потім довго подорожують простатою. Простата — це орган, який може захворіти. Дійсно, особливо у літніх чоловіків, іноді вона збільшується настільки, що заважає сечі витікати назовні. У такому разі її потрібно видалити, як видаляють апендикс.

## Звідки виходять сперматозоїди?

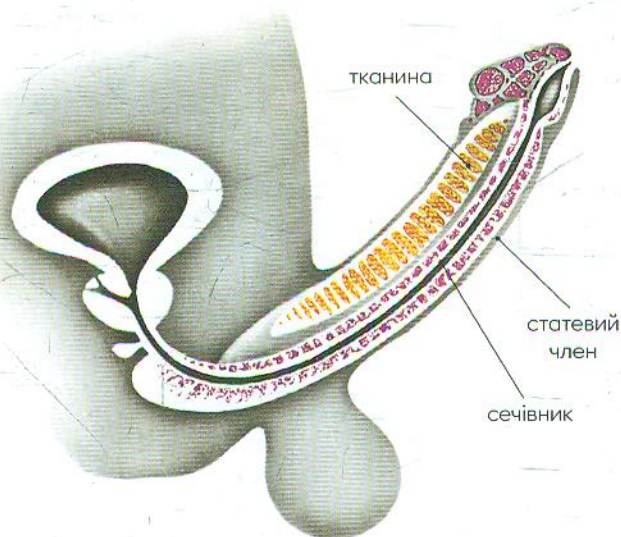
Сперматозоїди закінчують свою подорож крізь сечівник – канал, що проходить статевим членом, включаючи його кінчик – голівку. Це і є вихід! А також хлопці крізь нього випускають сечу! Коли сечовий міхур наповнюється, вона тече крізь сечовипускний канал. Це може здатися дивним, але сперматозоїди рухаються тим самим шляхом...

За однієї умови: коли пеніс перебуває у стані ерекції, тобто, як зазначено на малюнку нижче, збільшується та зведений. Прилив крові збільшує пеніс і спричиняє ерекцію. Під час ерекції голівка виходить зі складки шкіри, що покриває її, – крайньої плоті. У деяких хлопців крайня плоть занадто туга. Тоді її підрізають. Ця



операція називається «обрізанням». У єврейській та мусульманській релігіях – це звичай і релігійний обряд, навіть якщо крайня плоть не заважає.

## Як виходять сперматозоїди?



Сперматозоїди містяться у спермі. Вона виходить під час еякуляції струменями – потужно й ривками. Потім сперма може зустріти яйцеклітину в організмі жінки і дати життя дитині.

Статевий член у стані ерекції набрякає від прилиття крові в тканинах, які його становлять.