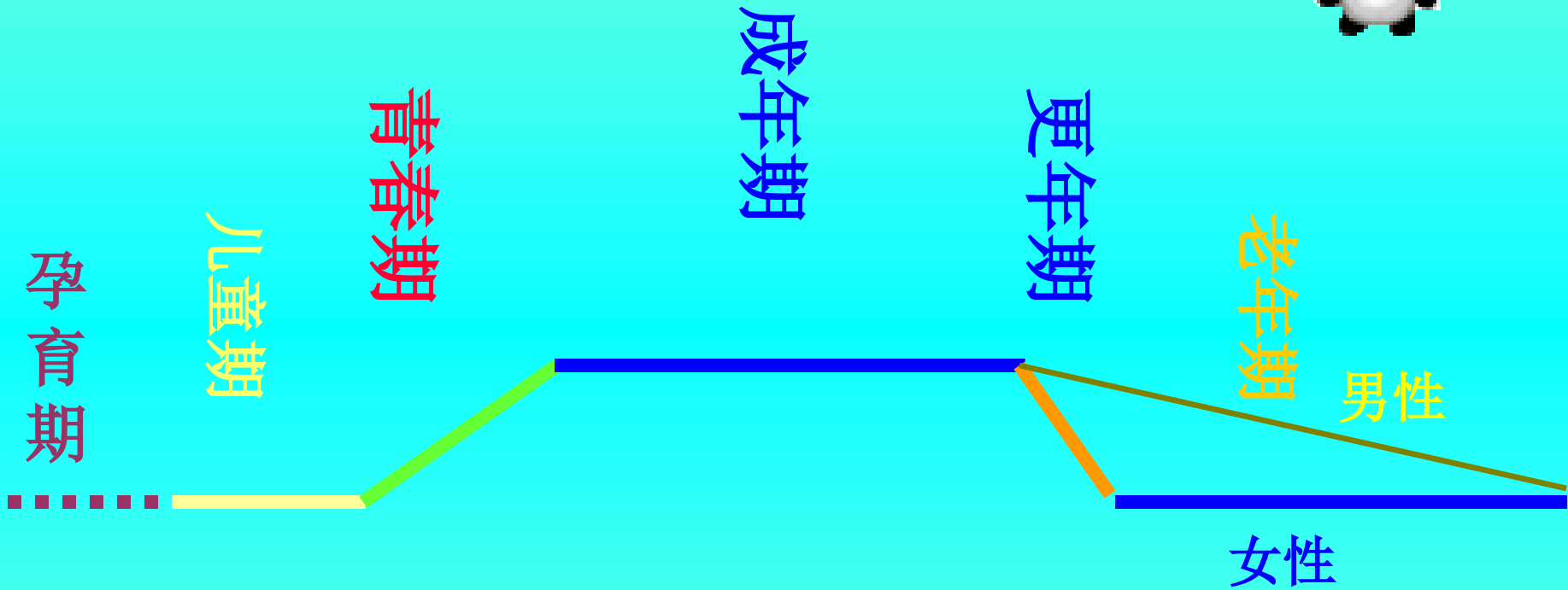


关于女生青春期走进花季

生命历程



什么是青春期？

在我国，一般把12~18岁这一年龄段看作是青春期。青春期是人体生长发育的第二个高峰，生理上发生巨大变化，身高、体重迅速增长，各脏器如心、肺、肝脏功能日趋成熟，各项指标达到或接近成人标准。一般情况下，女孩青春期要早男孩一年左右，从乳房开始发育到月经初潮，大约需2~3年，继而腋毛、阴毛长出，骨盆变大，全身皮下脂肪增多（尤其胸部、肩部等），形成女性丰满的体态。男孩胡须长出，喉结突出，声音低沉，肌肉骨骼发育坚实，形成男性的魁伟体格。

青春期是青少年生理发育和心理发展急剧变化的时期，是童年向成年过渡的时期，也是人生观和世界观逐步形成的关键时期。

所谓青春期就是指人从儿童发育到成年人的一个关键时期。



讨论

男孩和女孩身高突增的年龄有没有差别？

有差别，一般来说，女孩早于男孩，女孩是8.5—9岁，男孩是10.5—11岁，女孩比男孩早两年发育。

男孩和女孩在青春期的身体变化有哪些？



我们的身体

這是女孩子，

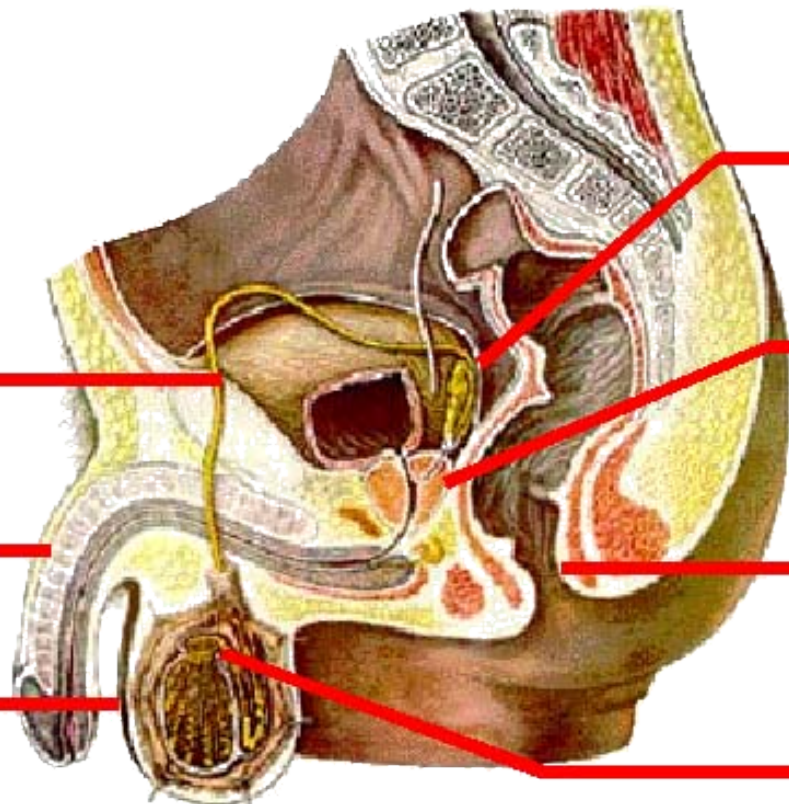
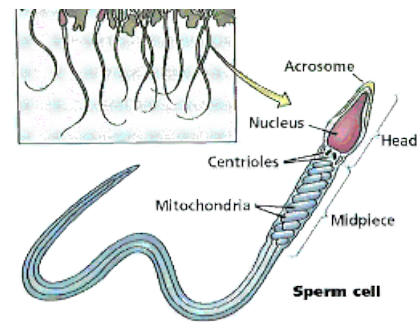
這是男孩子。



身高增长的开始时间早于乳房发育，并且大多数在乳腺组织扩大到乳晕周围时，达到高峰速度。此时身高平均每年增长8厘米，甚者达10~13厘米；同时体重也相应增加5~6公斤，多者达10公斤。此后，增长速度开始下降，月经初潮后继续长高的潜能有限，一般每年只有3~5厘米。从骤长开始到生长停止，女孩平均身高增长约25厘米。因此，仅仅是几年的光景，原本纤弱稚气的黄毛丫头就已出落成一个窈窕水灵的大姑娘了。



(一) 男性生殖系统



精囊腺 分泌粘液

前列腺 分泌粘液

肛门

附睾 储存精子

输送精子
输精管

阴茎

睾丸

产生精子和分泌雄性激素

男性生殖系统的主要器官

主要性器官： 睾丸（产生精子和分泌雄性激素）

附属性器官：

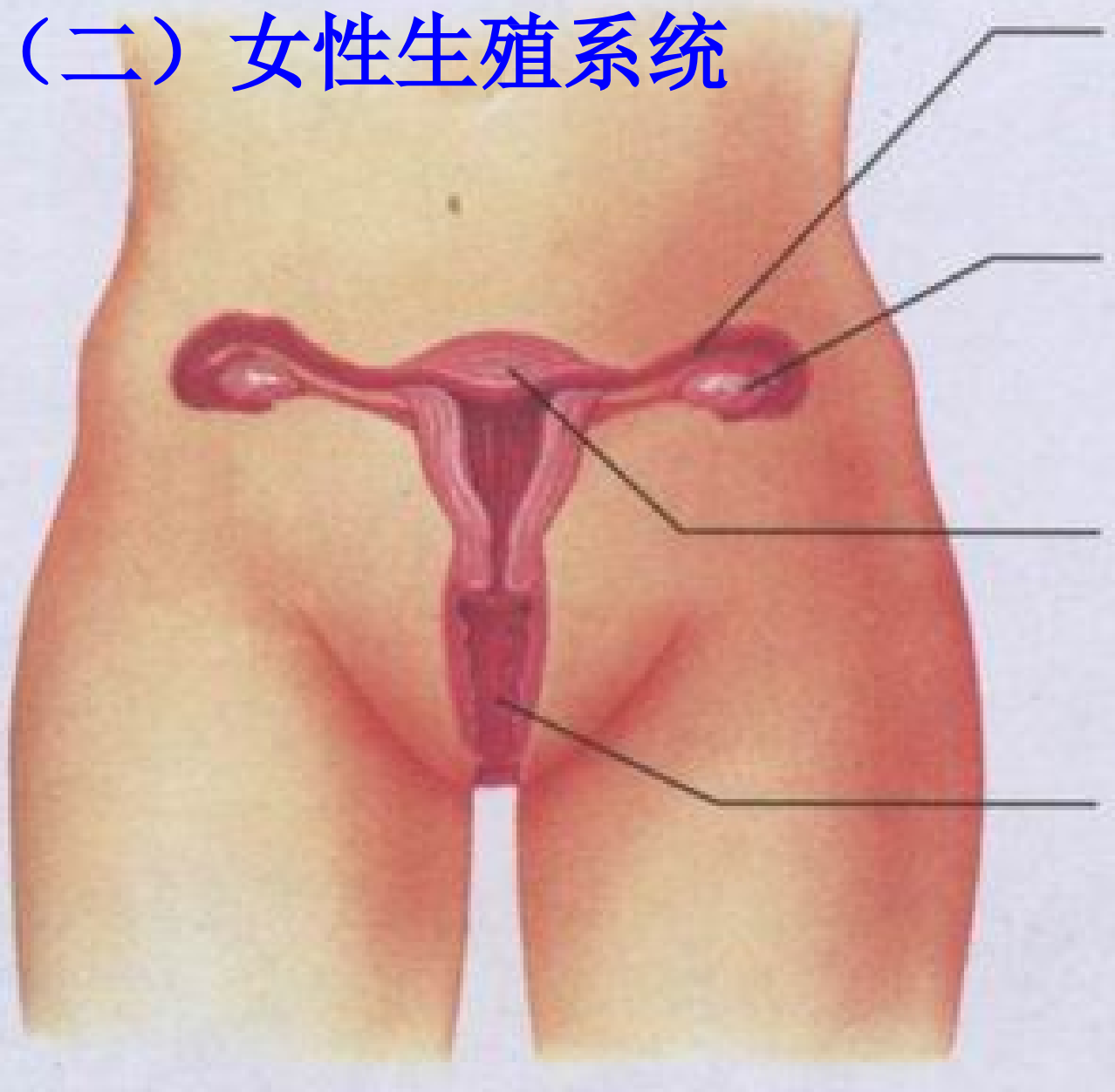
输精管（输送精子）

附睾（贮存精子）

精囊腺和前列腺（分泌粘液）



(二) 女性生殖系统



输卵管

输送卵细胞

卵巢

产生卵细胞和分泌雌性激素

子宫

胚胎和胎儿发育的场所

阴道

精子进入和胎儿产出的通道

女性生殖系统的主要器官

主要性器官：卵巢（产生卵细胞，分泌雌性激素）

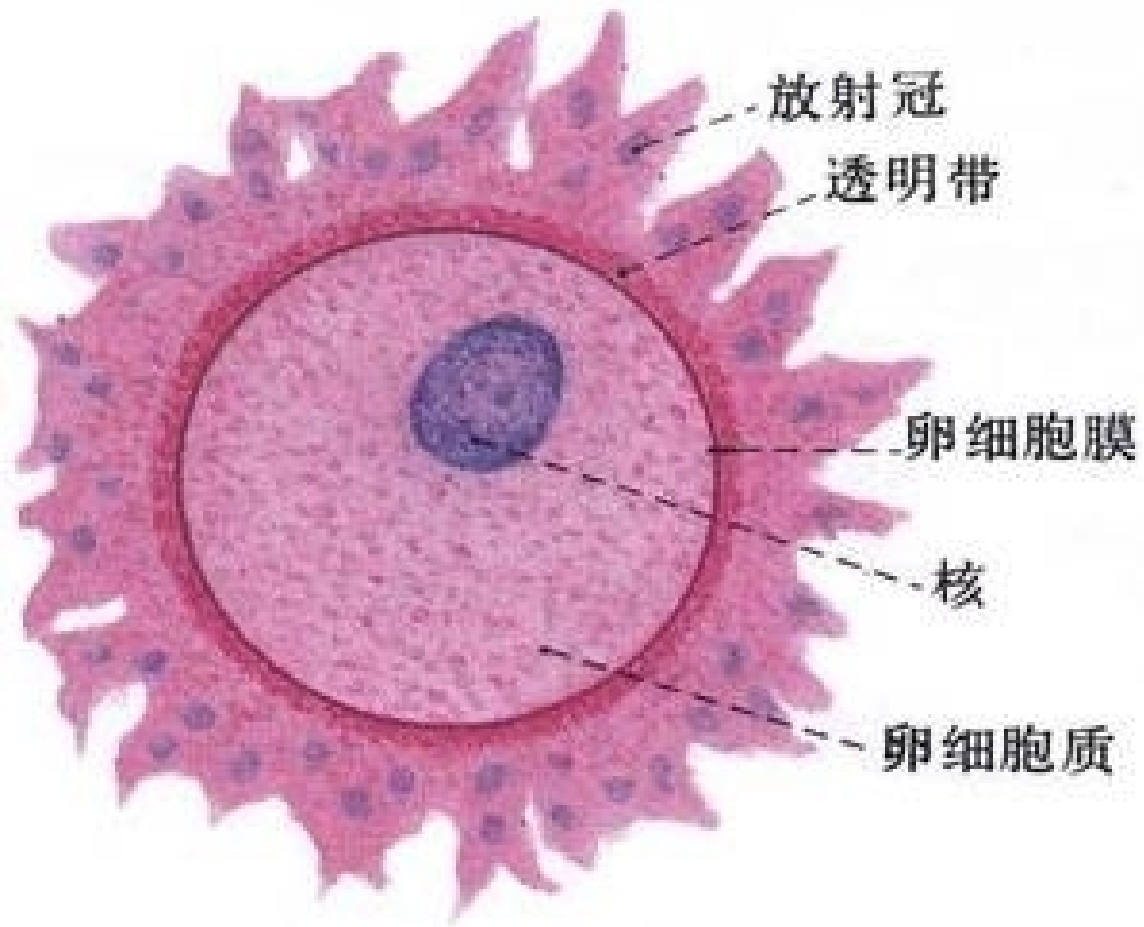
附属性
器官

输卵管（输送卵细胞）

子宫：（胚胎发育的场所）

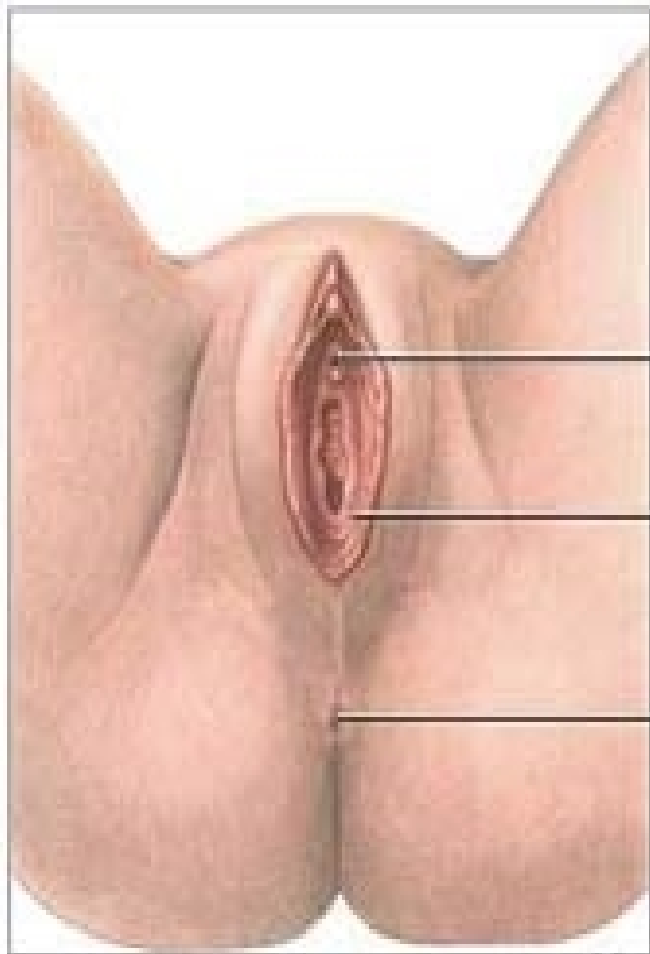
阴道：（精子进入和胎儿产出的通道）







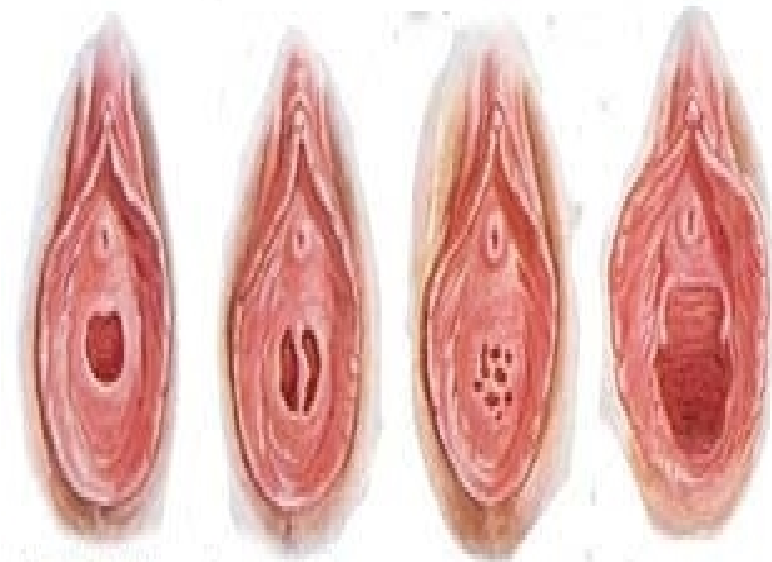
处女膜解剖学图片



尿道开口

阴道

肛门



环形状
处女膜

间隔状
处女膜

筛状处
女膜

经产妇
阴道口

女子的外生殖器构造较为复杂，皮肤、黏膜皱褶较多，既有汗腺、皮脂腺，又有前庭大腺和宫颈、阴道之分泌物，还有月经来潮，且前有尿道口，后有肛门，再加上少女的会阴部屏障作用尚不完善，容易罹患阴道炎。因此，应注意以下保健：

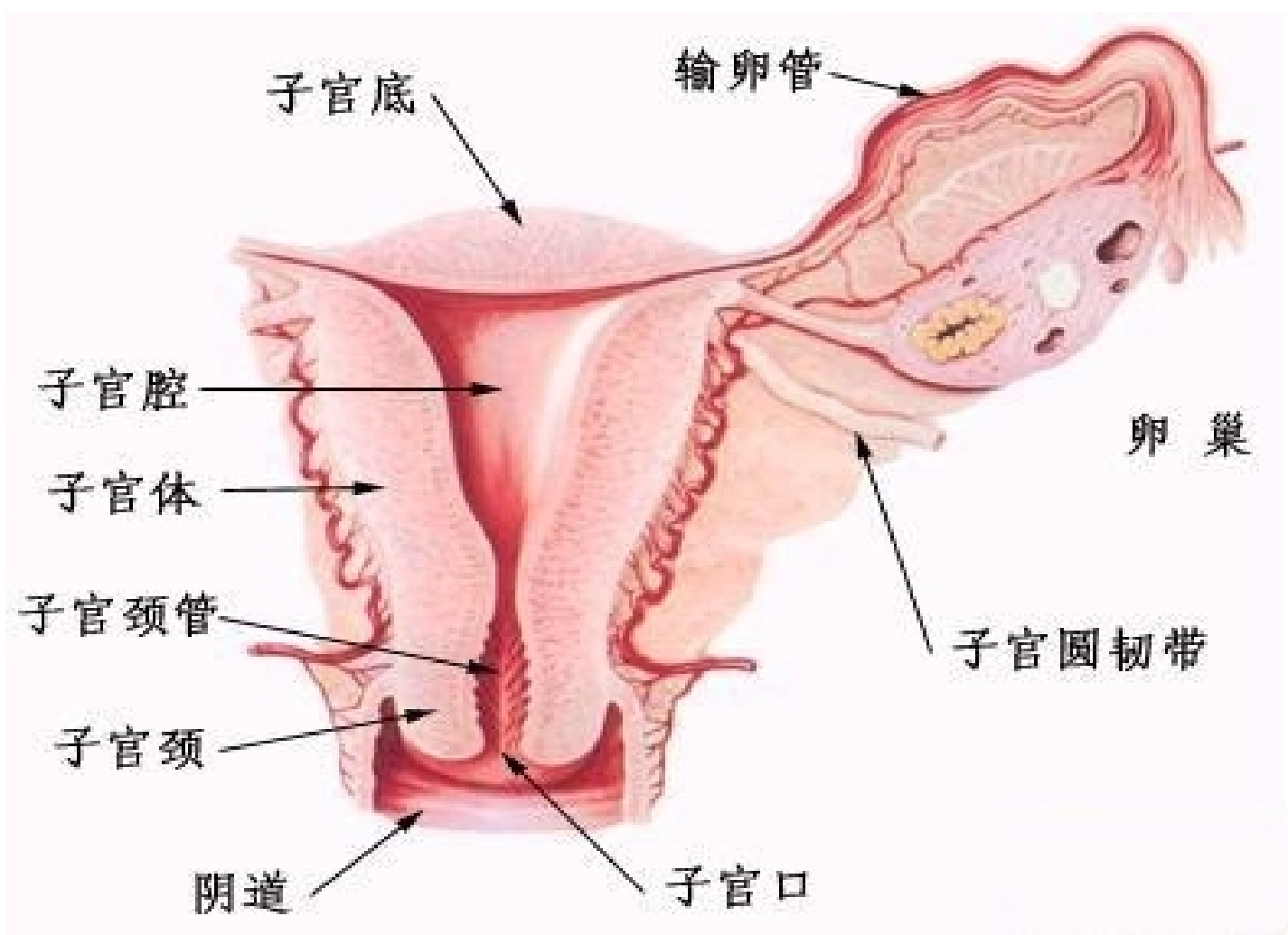
其一，注意阴部卫生。

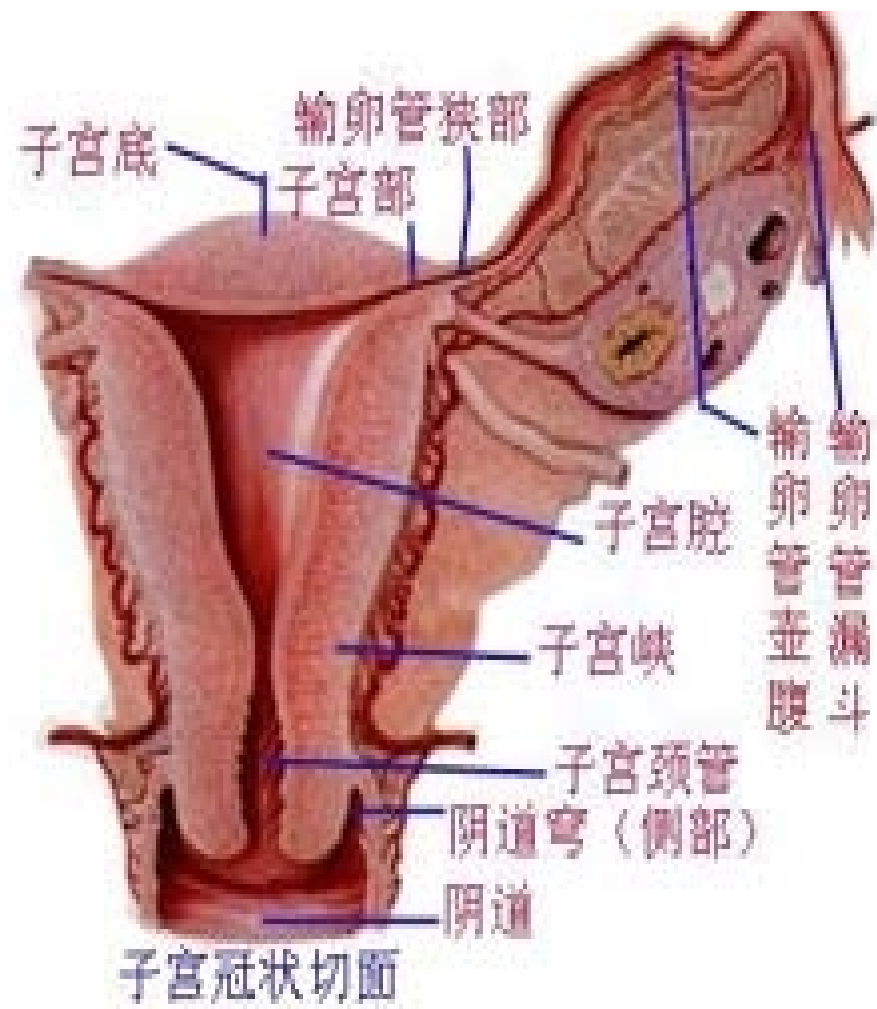
其二，防止罹患“时装性阴道炎”。要少穿或不穿体形裤，合理着装，尽量选用合体、布料弹性好、透气良的时装，以防后患无穷。

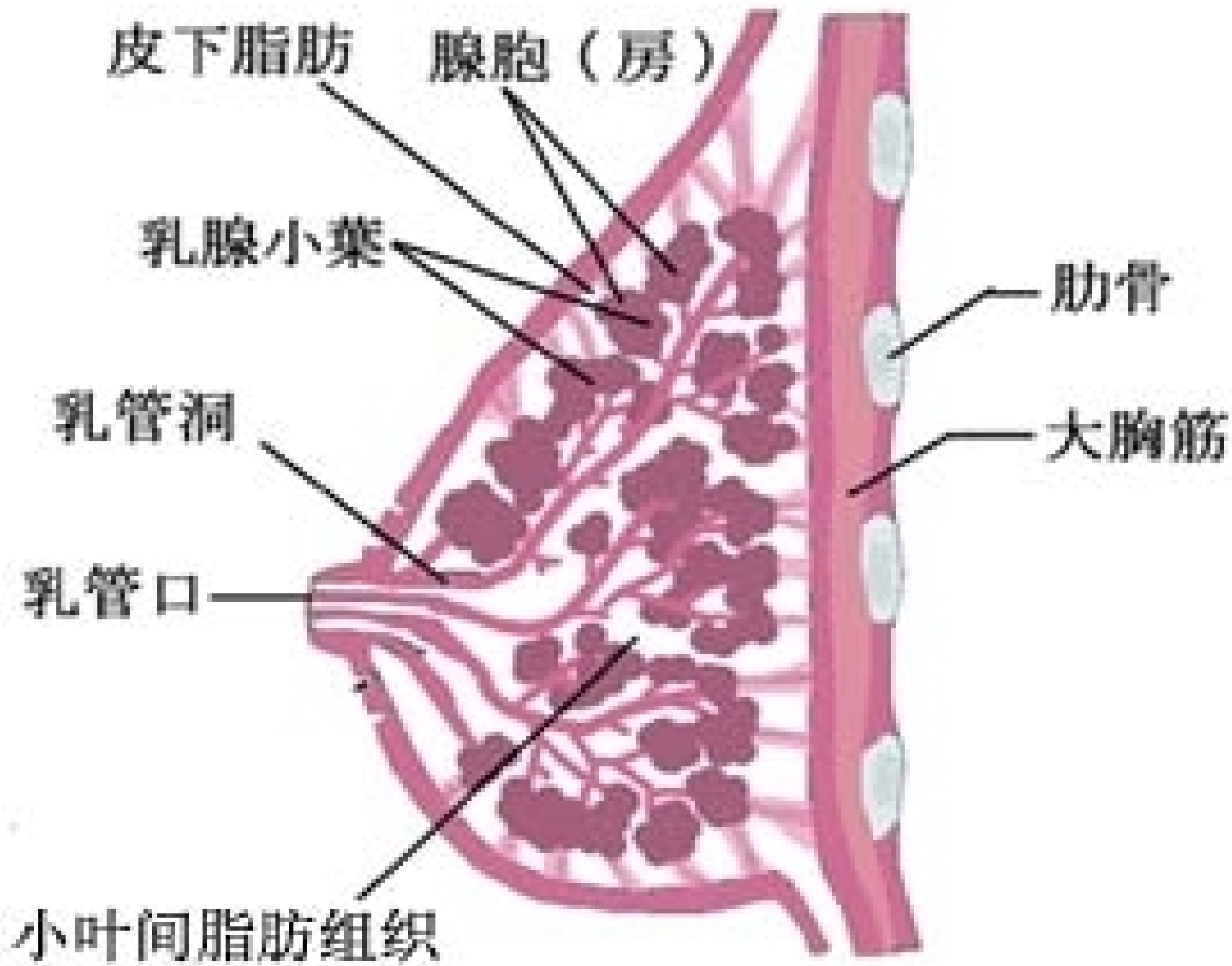
其三，洁身自爱，守身如玉。

其四，合理应用抗生素。

其五，防止性病的间接感染。少女在公共浴所洗浴时，应自带浴盆、浴巾，尽量淋浴而不要盆池浴，防止阴道滴虫、淋病菌或其他性病等间接感染，同时亦应掌握相应的性病知识，防止性病的间接接触感染。







少女对乳房应注意以下保健：

首先，为保护乳房而防受外伤、挤压以及使其保持形态美，应佩戴胸罩，注意选用大小适宜、质地柔软、弹性好、吸汗强的布质或针织品乳罩。

其次，经常清洗乳房，勤换内衣、乳罩，防止其感染而引起乳腺炎。

另外，少女不要盲目减肥，乳房发育不良者，应注意加强营养和乳房按摩，以利于其发育。若少女过度肥胖，应尽早减肥，以防诱发乳腺癌。

再者，自青春期起，少女应养成自我检查乳房的习惯，以便及早发现乳房结节、硬块，一旦发现应及早看医生。

少女对于卵巢应注意以下情况：

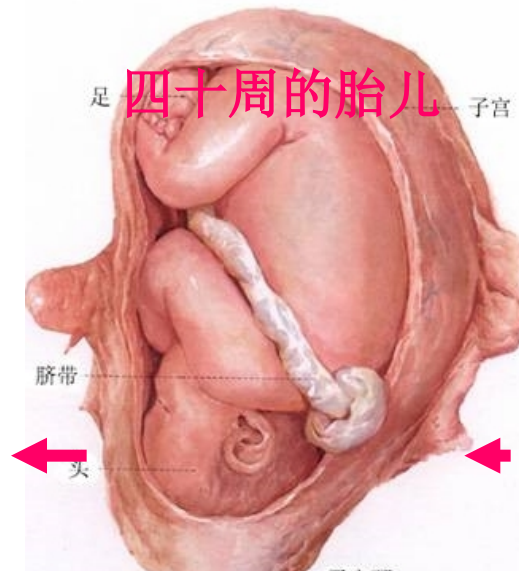
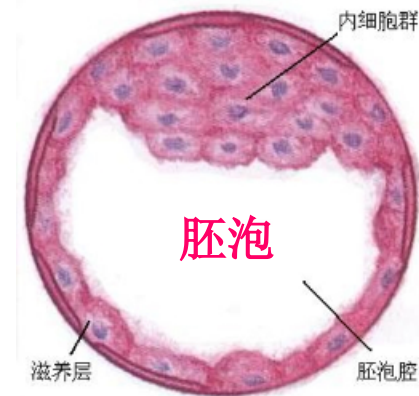
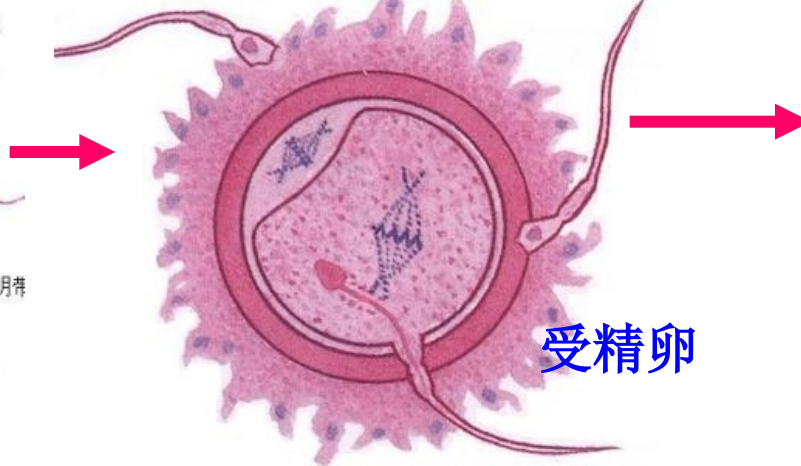
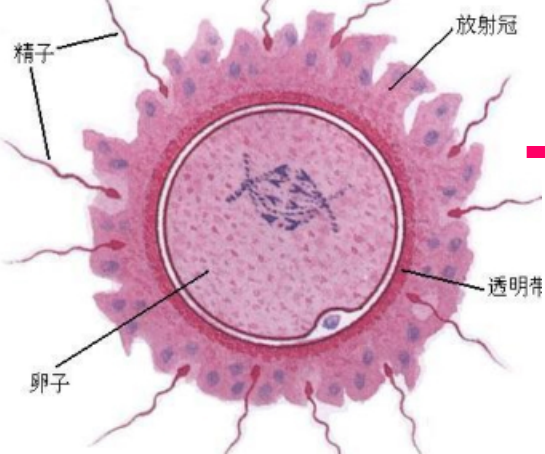
- 1、卵巢瘤特别是生殖细胞瘤，好发于青春少女，为此，少女一旦出现腹痛、腹部包块、水样白带，应警惕卵巢瘤，及早诊治。手术治疗时，若为良性瘤，尽量保留卵巢。
- 2、禁烟忌酒。研究证实，烟草可产生400多种毒物，如尼古丁、焦油、一氧化碳、砷、镉等，这些物质对卵巢有明显的毒害作用，长期大量饮酒，会使卵巢中毒，影响其生长发育。
- 3、注意阴部卫生，避免阴道炎的发生，以防炎性病变累及卵巢。
- 4、稳定情绪。情绪不佳，体内酚胺类物质分泌增加，会使卵巢血流量减少，影响其发育、成熟。

你到底是怎么来到这个世界上的？

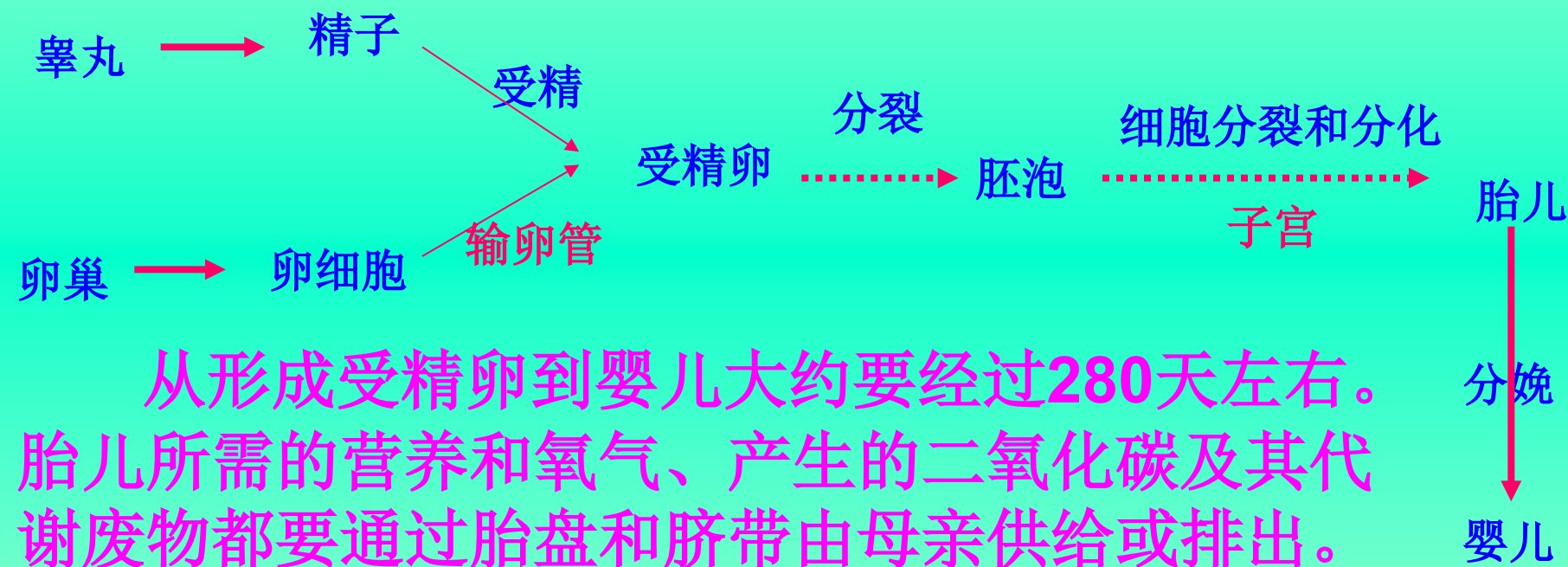


(三) 人的生殖过程及图示

许多男性精子穿过放射冠 只有一个精子能进入卵细胞



人的生殖过程



从形成受精卵到婴儿大约要经过**280**天左右。胎儿所需的营养和氧气、产生的二氧化碳及其代谢废物都要通过胎盘和脐带由母亲供给或排出。

思考：想一想，平时你应该怎样对待父母？

月经是如何形成的

女孩子进入青春期，卵子受到性激素刺激而开始成熟，大约每月有一颗成熟的卵子从卵巢排送出来，由输卵管送至子宫。这种现象叫做“排卵”。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/638126141033006063>