

28. August 2019

RADIOBEITRAG als Text

Wenn Söhne zum Mann werden: Jungen in der Pubertät

Anmoderation:

In der Pubertät müssen Jugendliche mit vielen Veränderungen klar kommen. Der Körper verändert sich, verwirrende neue Gefühle kommen auf und das Gehirn kommt bei der Entwicklung nicht so recht mit. Womit pubertierende Jungs zurecht kommen müssen, darüber hat sich Kristin Sporbeck bei Thomas Ebel informiert. Er ist Arzt im AOK-Bundesverband.

Länge: 1.25 Minuten

Thomas Ebel:

Bei Jungs geht es etwa zwischen dem 10. und 15. Lebensjahr mit der Pubertät los. Dann produziert der Körper vermehrt das Hormon Testosteron. Das zeigt sich in einer zunehmenden Körperbehaarung, Penis und Hoden wachsen und fangen an Spermien zu produzieren. Außerdem wächst der Kehlkopf und mit ihm die Stimmbänder, weshalb es zum Stimmbruch kommt. Das Tempo und die Reihenfolge der Veränderungen ist bei den Jungs sehr unterschiedlich. Zwischen dem 17. und 20. Lebensjahr sind aber die wichtigsten körperlichen Veränderungen abgeschlossen.

Text: erklärt Thomas Ebel, Arzt im AOK-Bundesverband. Zu den körperlichen Veränderungen kommen enorme Gefühlsregungen,

häufig gemischt mit Unsicherheit. Purer Stress für die Teenager sowie die Eltern.

Thomas Ebel:

Durch die körperlichen Veränderungen fühlen sich Jugendliche oft unsicher und verletzlich. Die neuen Gefühle sind verwirrend und sind oft die Ursache für starke Stimmungsschwankungen. Das Gehirn ist auch noch nicht ganz ausgereift – gerade das Frontalhirn, das für Planung und Emotionskontrolle verantwortlich ist, bildet sich als Letztes vollständig aus. Von daher ist organisiertes Denken und Handeln oder überschießende Gefühle zu kontrollieren, für Pubertierende viel schwieriger.

Text:

Neben dem nötigen Verständnis, sollten Eltern auch darauf achten, dass ihre Kinder weiterhin an regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen teilnehmen, so Ebel.

Thomas Ebel:

Um die Entwicklung und den Gesundheitszustand im Blick zu behalten, sind die sogenannten J-Untersuchungen sinnvoll. Diese Jugenduntersuchungen schließen an die sogenannten U-Untersuchungen für Kinder an und sind für Jugendliche im Alter von zwölf bis 17 Jahren.