

GRUDI

Sigurno si ili sama pomislila, ili čula neku drugaricu kako se žali što su joj grudi previše velike, ili suviše male. Grudi postoje u svim oblicima i veličinama. Bradavice takođe mogu biti velike ili male, mogu štrčati ili ne. Neke devojčice imaju grudi koje nisu iste veličine. Jednima grudi porastu i razviju se kada one imaju osam ili devet godina, a neke čekaju do četrnaest ili petnaest. Ponekad se one razviju preko noći, a nekad polako, neprimetno. Sve to je apsolutno normalno.

Ono što je važno da znaš, je da su svi različiti i svakoj devojčici će grudi porasti u svoje vreme.

Koliko će porasti moje grudi?

Koliko će velike biti tvoje grudi zavisi od nekoliko faktora:

- Nasledni faktor ima značajnu ulogu na veličinu i oblik grudi.
- Količina masnog tkiva u grudima je odlučujući faktor koliko će porasti tvoje grudi, a to nema mnogo veze sa telesnom težinom.

Mnoge devojčice pokušavaju da vežbajući grudne mišiće utiču na veličinu grudi, ali vežbanje nema mnogo uticaja na smanjivanje ili povećanje masnog tkiva u grudima.

Da li treba da nosim brushalter?

Da li ćeš nositi brushalter ili ne uglavnom zavisi od tvoje odluke . Ako se osećaš udobnije kada ga ne nosiš onda ga i nemoj nositi. Ali možda ćeš se osećati prijatnije kada ga nosiš ako imaš veće grudi i naročito dok se baviš nekim sportom. Ako odlučiš da nosiš brushalter, veoma je važno da odabereš odgovarajuću veličinu i model. Najbolje je da odeš u radnju gde imaš veliki izbor i gde ćeš moći i da ga probaš. Znaćeš da ti odgovara, ako ti ne ostavlja crvene tragove na ramenima i oko grudi.

Zašto su mi grudi osetljive?

Osetljivost grudi, naročito pre menstruacije, normalna je pojava kod mnogih devojčica. To se dešava zato što masno tkivo u grudima zadržava tečnost. Čak iako inače ne nosiš brushalter, možda bi ti pomoglo da ublažiš osetljivost grudi ako bi nosila neki u danima pre menzisa.

Da li ću dobiti rak ako se slučajno udarim u grudi?

Iako udarac u grudi nije nešto što je prijatno, ipak ti to neće uzrokovati rak.

Upomoć! Rastu mi dlačice oko grudi?

Ne brini, nećeš se pretvoriti u dlakavu devojku iz cirkusa. Mnoge, mnoge devojke i žene imaju isti problem. Neke devojke imaju samo jednu ili dve dlačice, dok druge imaju mnogo više. Ali ako ti to ipak stvara puno problema, porazgovaraj sa svojim doktorom.

Šta sa mnom nije u redu? Imam različite bradavice?

Iako ovo može izgledati malo zastrašujuće, najčešće nije znak nikakvog problema. Mnoge devojčice imaju bradavice različitih boja ili veličina. Ali ako ti izlazi neka tečnost iz njih ili krv, obavezno idi kod svog ginekologa.

Imam neku kvržicu u grudima. Da li je to rak?

Kvržica u grudima je nešto što se često pojavljuje kod mnogih devojaka. U većini slučajeva to nije znak raka i najčešće sama nestane tokom vremena i bez hirurške intervencije. Iako je rak grudi retka pojava kod devojčica, ipak svaki put kada osetiš tako neku kvržicu bilo bi dobro da ti tvoj ginekolog uradi pregled grudi.