

Die Pubertät ist eine schwierige und riskante Phase im Leben fast jedes Menschen:

- Plötzlich häufen sich die **Streitigkeiten** mit den Eltern und auch von anderen Menschen fühlen sich Pubertierende oft missverstanden oder gar abgelehnt.
- Viele Pubertierende sind unglücklich über ihre **körperlichen** Veränderungen.
- Weil plötzlich vor allem Arme und Beine schnell wachsen, können sie **tollpatschig** und manchmal sogar ohnmächtig werden.
- Wirklich gefährlich wird es, wenn Pubertierende ihren eigenen Körper zunehmend falsch wahrnehmen und sich beispielsweise zu fett finden, obwohl sie ganz schlank sind. Das kann zu **Magersucht** führen, die für Jugendliche viel häufiger als Krebs tödlich endet.
- Nicht selten treten während der Pubertät auch **Depressionen**, Burn Out und andere psychische Probleme auf.

Die Pubertät bringt aber auch Veränderungen und Risiken mit sich, die Jugendliche nicht leicht bemerken und vor denen man sie deshalb warnen muss:

- Vor allem wird während der Pubertät das **Gehirn** umgebaut und die Baustelle funktioniert nicht mehr so zuverlässig. Spontane dumme **Ideen** werden sofort umgesetzt, ohne erstmal über mögliche Folgen nachzudenken. Besonders Jungs haben darum oft gefährliche Unfälle.
- Besonders **risikofreudig** zeigen sie sich junge Männer, wenn attraktive Mädchen oder Frauen in der Nähe sind.
- Gefahren gehen aber auch von älteren Jugendlichen oder Erwachsenen aus, welche die **Unerfahrenheit** und Experimentierfreudigkeit junger Menschen ausnutzen. Jugendliche sollten sich nicht zu gefährlichen Aktionen oder Drogen-Konsum überreden lassen. Vor allem zu schnell und viel getrunkenen **Alkohol** kann für Jugendliche peinliche oder sogar lebensgefährliche Folgen haben.
- Man muss aber auch immer damit rechnen, dass einem Idioten oder Kriminelle **KO-Tropfen** ins Glas träufeln. Und Jugendliche sollten möglichst nie allein mit Älteren sein, denen sie nicht 100%ig vertrauen können.
- Ein weiteres mit der Pubertät verbundenes Risiko ist die mögliche Übertragung von **Geschlechtskrankheiten**. Diese sind zwar heute normalerweise nicht mehr tödlich, aber manche können unbemerkt unfruchtbar machen. Verhütung sollte daher nicht nur vor ungewollten **Schwangerschaften**, sondern auch vor der Übertragung von Krankheiten schützen. Und wenn es doch passiert, dann erleichtert die Sexualkunde wenigstens Gespräche mit Ärzten.