

**Kære alle – både unge deltagere og forældre,**

De følgende sider viser Pubertetsskemaet i BSIG – det skema, som vi beder deltagerne udfylde første gang når de er 11½ år.

Som I kan se er skemaet kort, og vi regner med, at det kun vil tage ca. 5 minutter at udfylde skemaet.

**Alle spørgsmål vises**

Alle spørgsmålene fra skemaet vises her. Der er selvfølgelig særlige spørgsmål til piger og til drenge om pubertetsudvikling. I skemaet her kan I se både pige- og drengespørgsmålene.

**Skemaet skal udfyldes hvert halve år**

Vi håber meget, at I, som er inviteret til at deltage i Pubertetsundersøgelsen, vil udfylde skemaet – og at I også vil gøre det igen engang hvert halve år indtil I er færdige med puberteten.

Med venlig hilsen – og tak for jeres hjælp

**Jørn Olsen, Professor og Læge**

Leder af Bedre sundhed i generationer

## Pubertetsundersøgelsen i BSIG

Hej [barnsnavn],

Tak, fordi du vil være med i pubertetsundersøgelsen.  
Spørgsmålene starter på næste side.  
Det er en god idé at læse alle de forskellige  
svarmuligheder i gennem, før du vælger dit svar.

### Klar til at gå i gang?

Tryk på Næste side for at gå til spørgsmålene.

God fornøjelse!



## Højde og vægt

### Hvor høj er du?

Indtast højden i hele cm., f.eks

158 [HJÆLP](#)

Jeg er  cm høj.

### Hvor meget vejer du?

Indtast vægten i hele kg., f.eks

57 [HJÆLP](#)

Jeg vejede  kg.

### Hvornår blev du sidst målt?

- I dag
- Inden for den sidste måned
- Inden for de sidste 6 måneder
- For mere end 6 måneder siden
- Er ikke blevet målt
- Ved ikke

### Hvornår vejede du dig sidst?

- I dag
- Inden for den sidste måned
- Inden for de sidste 6 måneder
- For mere end 6 måneder siden
- Er ikke blevet vejlet
- Ved ikke



Vi vil gerne vide, hvor høj du er og hvor meget du vejer.

Det er også vigtigt for os at vide præcis, hvor gammel du var, da du sidst blev målt og vejlet, så vi kan beregne forholdet mellem højde, vægt og alder.

## Hud og hår

Er du begyndt at få hår  
under armene?  Ja  
 Nej

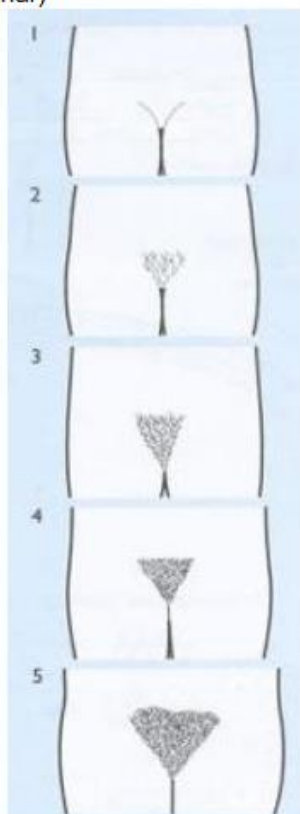
Er din hud begyndt at forandre sig,  
således at du har mere uren hud,  
fx. bumser, end tidligere?  Ja  
 Nej



Der sker forandringer med kroppen, når den udvikler sig fra en barnekrop til en voksenkrop. Den alder, det sker i, er forskellig fra person til person.

De næste spørgsmål handler om de forandringer, din krop måske er i gang med.

Hvilket billede vil du mene passer bedst på **behåringen** af dine kønsdele?  
(Du skal tænke på hårvæksten uden at du barberer dig eller gør andet for at fjerne hår)



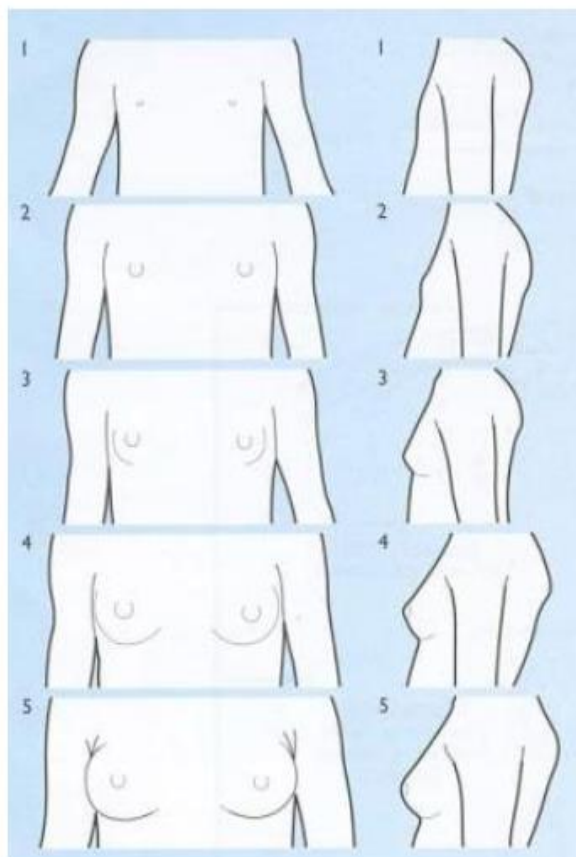
- 1 Der er intet hår.
- 2 Der er lidt langt, let farvet hår. Disse hår kan være med eller uden krøller.
- 3 Håret er mørkere i dette stadie. Det er stridere og mere krøllet. Det har spredt sig som et tyndt lag over et større område.
- 4 Håret er nu lige så mørkt, krøllet og stridt som hos en voksen kvinde, men det dækker ikke så stort et område som hos en voksen kvinde. Håret har ikke bredt sig til benene.
- 5 Håret er nu som hos en voksen kvinde, og det dækker også det samme område som hos en voksen kvinde. Håret former normalt en trekant og breder sig ud til benene.



Billederne til venstre viser forskellige stadier for, hvordan kønsbehåringen udvikles.

Nogle piger gennemgår alle fem stadier, mens andre måske kun oplever nogle af disse stadier.

Sæt et hak ved det billede, som du mener, passer bedst på **udviklingen** af dine bryster.



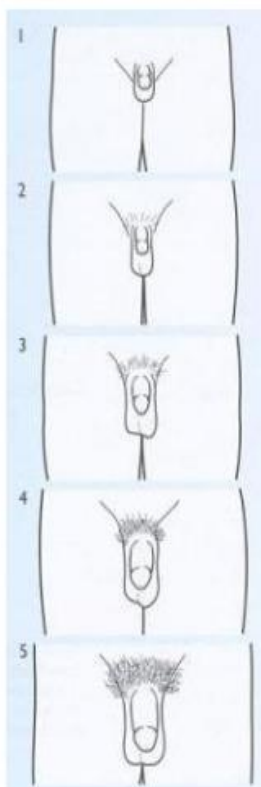
- 1 Brystvorten er hævet en smule i dette stadie. Resten af brystet er stadig fladt.
- 2 Dette er stadiet, hvor brystet er begyndt at vokse. Brystvorten er hævet mere end i stadie 1. Brystet er en lille forhøjning. Det mørke område omkring brystvorten er større end i stadie 1.
- 3 Både det mørke område omkring brystvorten og brystet er større end i stadie 2. Det mørke område omkring brystvorten stikker ikke ud fra brystet.
- 4 Det mørke område omkring brystvorten samt brystvorten udgør en forhøjning, der stikker ud fra brystet. (NB! Ikke alle teenagere går igennem dette stadie. Nogle udvikles direkte fra stadie 3 til stadie 5 uden et stadie 4).
- 5 Dette er det modne, voksne stadie. Brysterne er fuldt udviklede. I dette stadie er det kun brystvorten, der stikker ud. Det mørke område omkring brystvorten er trukket tilbage og følger brystets form.



Billederne til venstre viser forskellige stadier for, hvordan brysterne udvikles.

Nogle piger går gennem alle de fem stadier, mens andre måske kun oplever nogle af disse stadier.

Hvilket billede vil du mene passer bedst på **behåringen** af dine kønsdele?  
(Du skal tænke på hårvæksten uden at du barberer dig eller gør andet for at fjerne hår)



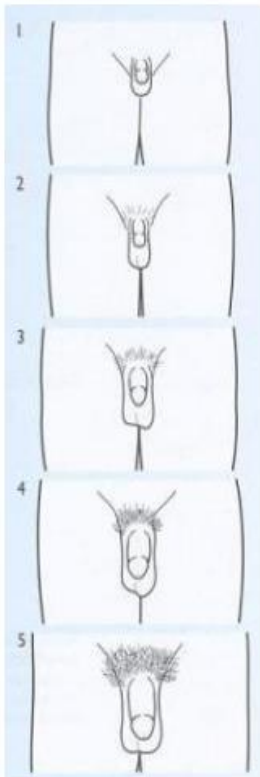
- 1 Der er slet ikke noget hår.
- 2 Der er lidt blødt, langt, let farvet hår ved roden af penis. Det er med eller uden krøller.
- 3 Håret er mørkere og mere krøllet. Det har bredt sig og dækker i et tyndt lag et større område.
- 4 Håret er lige så mørkt og krøllet som hos en mand, men det har ikke bredt sig til benene.
- 5 Håret er ligesom hos en mand. Det har bredt sig til benene.



Billederne til venstre viser forskellige stadier for, hvordan kønsbehåringen udvikles.

Nogle drenge starter denne forandring, når de ikke er særlig gamle, mens andre drenge er sidst i deres teenageår.

Hvilket billede vil du mene passer bedst på **udviklingen** af dine kønsdele?



- 1 Størrelsen og formen af testiklerne, pungen (hvor testiklerne ligger) og penis er cirka samme størrelse, som da du var yngre.
- 2 Penis er en lille smule større. Pungen hænger længere nede, og huden på pungen har forandret sig. Testiklerne er større.
- 3 Penis er blevet længere, testiklerne er vokset og hænger længere nede.
- 4 Penis er længere og bredere. Penishovedet er større, og pungen er mørkere og større. Testiklerne er større.
- 5 Penis, pungen og testikler har samme form og størrelse som hos en voksen mand.



Billederne til venstre viser forskellige stadier for, hvordan kønsdelene udvikles.

Nogle drenge starter denne forandring, når de ikke er særlig gamle, mens andre drenge er sidst i deres teenageår.



## Kun for drenge...

Er din stemme begyndt  
at forandre sig?

- Ja, nogle gange er den meget dybere
- Ja, den er helt forandret og er blevet dybere
- Nej, den er den samme
- Ved ikke

Har du nogensinde  
haft sædafgang?

- Ja
- Nej



## Menstruation

Har du fået menstruation?  
(månedlig blødning)

- Ja  
 Nej



Hvor gammel var du, da du fik menstruation første gang?  
Forsøg så godt du kan at huske, hvornår det var.

Jeg var  år og  måneder.

### Nu er skemaet snart slut....

Hvis du har kommentarer til skemaet, er du velkommen til at skrive dem her:

**NB!**

Hvis du har spørgsmål, som du gerne vil have svar på med det samme, så skriv til os på [bsig-forskning@ssi.dk](mailto:bsig-forskning@ssi.dk).



**Tak for indsatsen indtil videre!  
- du hører fra os igen...**

Fremover vil vi gerne kunne henvende os til alle deltagere i BSIG på email eller via mobiltelefon. Vi beder dig derfor indtaste eller opdatere informationen i felterne nedenfor.

Din egen email:

Indtast email-adressen med små bogstaver.

Dit eget mobilnummer:

Lad felterne stå helt tomme, hvis du ikke har en email eller mobil.

Vi henvender os først direkte til dig, når du er fyldt 15.

Husk at trykke på knappen **SEND BESVARELSE** inden du lukker!



3268 8121 | [bsig-forskning@ssi.dk](mailto:bsig-forskning@ssi.dk) | [www.bsig.dk](http://www.bsig.dk)

Statens Serum Institut | Artillerivej 5 | 2300 København S