



PUBERTÄT MIT ZEHN – WAS DAS „NEW NORMAL“ FÜR JUGENDLICHE UND ELTERN BEDEUTET

Was zu Zeiten unserer Groß- und Urgroßmütter erst mit 14 begann, ist heute bei vielen schon mit zehn Jahren der Fall: die Pubertät. Mädchen bekommen ihre Periode und auch bei Jungs verändert sich der Körper – teilweise schon ab acht Jahren. Die sogenannte Vorpubertät bringt auch erste unangenehme Nebenwirkungen mit sich, wie etwa Schweißgeruch. Anna Fleck ist Gründerin und Mutter. Sie hat 2021 das Naturkosmetikunternehmen youfreen gegründet, das Deodorants für Kinder und Teens herstellt. Als Expertin für die Pubertät, klärt sie die wichtigsten Fragen und erläutert, wieso ein sensibler Umgang so wichtig ist.

WIE KOMMT ES, DASS DIE PUBERTÄT SCHON TEILWEISE MIT ZEHN JAHREN BEGINNT?

Eine frühere Pubertät ist eine Auswirkung unseres modernen Lebensstils. Wir ernähren uns anders als früher, haben höhere Hygienestandards und erfreuen uns insgesamt einer besseren Gesundheit. Auch Umweltgifte, wie etwa Phenole, die u.a. in der Textilherstellung entstehen, können Einfluss auf das Hormonsystem des Körpers nehmen.

WAS IST DIE PUBERTÄT DENN EIGENTLICH?

Im pubertierenden Gehirn finden wichtige „Umbaumaßnahmen“ statt. Überflüssige Synapsen werden abgebaut, neue erstellt. Am Ende dieser Vorgänge entsteht ein leistungsfähigeres Gehirn. Doch bis dahin kann es zu chaotischen Zuständen kommen, denn nicht alle Gehirnregionen reifen gleich schnell. Das macht Kinder anfälliger für Stimmungsschwankungen, Entscheidungsschwächen und so manche Lernschwierigkeit. Eine schwierige Zeit für die Kinder, aber auch ihre Eltern.

DER KÖRPERGERUCH KOMMT ERST MIT DER PUBERTÄT, WAS PASSIERT DA?

Durch die Ausschüttung der Hormone, die die Pubertät in Gang setzen, arbeiten nun auch die Schweißdrüsen auf Hochtouren. Diese sondern nun ein Sekret ab. Kommt es mit Bakterien in Berührung, entsteht ein unangenehmer Duft. Und gerade im Achselbereich fühlen sich die Bakterien sehr wohl. Das führt zum Schweißgeruch, der so manchen Elternteil das Kinderzimmer fluchtartig verlassen lässt.

WIR ALLE WISSEN, DIE PUBERTÄT IST EINE TURBULENTE ZEIT, FÜR ELTERN UND JUGENDLICHE. WAS SIND DEINE TIPPS FÜR DEN BESTMÖGLICHEN UMGANG?

Ein sensibler Umgang mit der Thematik ist wichtig. Gerade Schwitzen und Schweißgeruch sind noch mit viel Scham behaftet. Daher rate ich in einer geborgenen Atmosphäre, in der sich die Kinder wohl fühlen, das Gespräch zu suchen. Zum Glück können Eltern und Kinder heutzutage offener miteinander sprechen als dies früher der Fall war. Und wir sollten nicht unterschätzen, dass unsere Kinder meist aufgeklärter sind, als wir es vermuten.

Wir als Eltern sollten uns in dieser Zeit von der bisherigen Erziehung der Kinder verabschieden. Es kommt jetzt auf die Beziehung an, auf das Zuhören und Begleiten. Empathie ist jetzt besonders wichtig. Ich appelliere an die Eltern, sich an die eigene Pubertät zu erinnern und zu überlegen, was sie selbst in dieser Zeit am meisten gebraucht hätten. Je mehr wir unseren Kindern auf Augenhöhe begegnen desto mehr Verständnis bringen beide Seiten füreinander auf.

WIE KANN EIN DEODORANT DABEI UNTERSTÜTZEN?

youfreen will besonders die Tweens in ihrer Selbstsicherheit bestärken und zu einem positiven Umgang mit ihrem Körper animieren. Mit unseren naturkosmetischen Deos für Mädchen und Jungen haben wir eine Wirkformel auf pflanzlicher Basis entwickelt, die für zuverlässigen Schutz vor lästigem Schweißgeruch sorgt.

youfreen



Und ganz wichtig: ohne Kräutergeruch, sondern mit frischen Düften, die von Mädchen und Jungen bei der Produktentwicklung ausgewählt wurden. Die Jugendlichen bekommen ein Produkt, das wirksam ist und angenehm riecht und die Eltern können sich auf die Natürlichkeit der Inhaltsstoffe verlassen.

youfreen bietet natürliche Deos für Tweens & Teens mit milden und pflanzlichen Inhaltsstoffen und einem frischen Look.

Das Besondere an den Deo Roll-ons: Keine Aluminiumsalze und Alkohol, dafür über 80 Prozent reines Bio-Aloe-Vera, das die Haut pflegt.

youfreen steht übrigens für young fresh teen und möchte Heranwachsende in einem positiven Umgang mit ihrem Körper bestärken und so für mehr Selbstsicherheit und Wohlbefinden sorgen.

Die Produkte sind im Onlineshop www.youfreen.de und im Drogeriemarkt Müller verfügbar.

youfreen CmbH & Co. KG
22043 Hamburg
Mail: anna.fleck@youfreen.de
www.youfreen.de
Tel.: +49 40 287 946 13