**Ріст людини**

**Вступ**

Ріст людини це складний процес, який починається з зачаття і триває до дорослості. Його контролюють генетичні, гормональні та екологічні фактори.

**Етапи росту**

1. Пренатальний період

• Ембріональний (0-8 тижнів): Формування основних органів.

• Фетальний (9 тижнів до народження): Розвиток органів і тканин.

2. Постнатальний період

• Дитинство (0-2 роки): Швидкий ріст і розвиток.

• Раннє дитинство (2-6 років): Стабільний ріст.

• Підлітковий період (6-12 років): Помірний

**Підлітков**

• Підлітковий вік (12-18 років): Стрибок росту і статеве дозрівання.

Фактори, що впливають на ріст

1. Генетика: Визначає потенційний зріст.

2. Гормони: Гормон росту, тиреоїдні та статеві гормони.

3. Харчування: Важливі білки, вітаміни та мінерали.

4. Екологія: Здоров'я, фізична активність, соціально-економічні умови.

**Порушення росту:**

1. Гігантизм та акромегалія: Надлишок гормону росту.

2. Карликовість: Недостатність гормону росту або генетичні дефекти.

3. Харчові порушення: Рахіт, недоїдання.

**Висновок:**

Ріст людини залежить від багатьох факторів. Здоровий спосіб життя, правильне харчування та медична допомога забезпечують нормальний розвиток.

Human Growth

Introduction

Human growth is a complex process that begins at conception and continues into adulthood. It is influenced by genetic, hormonal, and environmental factors.

Stages of Growth

1. Prenatal Period

• Embryonic (0-8 weeks): Formation of major organs.

• Fetal (9 weeks to birth): Development of organs and tissues.

2. Postnatal Period

• Infancy (0-2 years): Rapid growth and development.

• Early Childhood (2-6 years): Stable growth.

• Juvenile Period (6-12 years): Moderate

• Adolescent

• Adolescent Age (12-18 years): Growth spurt and sexual maturation.

Factors Affecting Growth

1. Genetics: Determines potential height.

2. Hormones: Growth hormone, thyroid, and sex hormones.

3. Nutrition: Essential proteins, vitamins, and minerals.

4. Environment: Health, physical activity, socio-economic conditions.

Growth Disorders:

1. Gigantism and Acromegaly: Excess growth hormone.

2. Dwarfism: Insufficient growth hormone or genetic defects.

3. Nutritional Disorders: Rickets, malnutrition.

Conclusion:

Human growth depends on many factors. A healthy lifestyle, proper nutrition, and medical care ensure normal development.