Alla on kuvattuna joitakin hormonien yleisiä vaikutuksia.

Kirjaa toiselle sivulle hormonien vaikutuksia siitä näkökulmasta, mitä ne sinulle merkitsevät (positiivisia vai negatiivisia, vaiko sekä että).

**ESTROGEENI**

* rasva sijoittuu yleensä painottuen lantiolle, peppuun, reisiin, rinnan alueelle. Rasvan sijoittuminen on kuitenkin yksilöllistä.
* iho pehmeämpi (kuin testosteronin ollessa hallitsevampi hormoni)
* syntymässä tytöiksi määritetyillä yleensä on kuukautiset, jos estrogeeni on hallitsevampi hormoni
* ihokarvoja yleensä vähemmän ja ohuempia (kuin testosteronin ollessa hallitsevampi hormoni)
* usein koetaan herkistäväksi hormoniksi, tunteet voivat aaltoilla ja tunneskaala voi olla suurempi ja herkempi (kuin testosteronin ollessa hallitsevampi hormoni)
* libido saattaa olla alhaisempi verrattuna siihen, jos testosteroni on hallitsevampi hormoni. Tämä on kuitenkin yksilöllistä
* ääni muodostuu keskimäärin korkeammaksi, verrattuna siihen, jos testosteroni on hallitsevampi hormoni
* lihasmassaa vaikeampi kasvattaa, kuin testosteronin ollessa hallitseva hormoni

**TESTOSTERONI**

* rasva sijoittuu yleensä painottuen enemmän keskivartalolle. Rasvan sijoittuminen on kuitenkin yksilöllistä.
* iho paksumpi ja rasvaisempi (kuin estrogeenin ollessa hallitsevampi hormoni)
* ihokarvoja enemmän ja paksumpia (kuin estrogeenin ollessa hallitsevampi hormoni)
* testosteroni saa usein aikaan parran kasvua. Tämä on kuitenkin yksilöllistä.
* voi olla, että on vaikeampaa itkeä (kuin estrogeenin ollessa hallitsevampi hormoni)
* ääni muodostuu keskimäärin matalammaksi, verrattuna siihen, jos estrogeeni on hallitsevampi hormoni
* jos suvussa on kaljuuntumista, niin todennäköisesti kaljuuntumista tapahtuu jossain vaiheessa elämää
* lihasmassaa helpompi pitää yllä (verrattuna siihen, jos estrogeeni on hallitsevampi hormoni)
* libido saattaa olla korkeampi verrattuna siihen, jos estrogeeni on hallitsevampi hormoni. Tämä on kuitenkin yksilöllistä.
* testosteronihoito muuttaa sukuelinten ulkonäköä jonkin verran, se muun muassa kasvattaa yleensä klitoriksen kokoa.

|  |  |
| --- | --- |
| **Testosteroni** | **Estrogeeni** |
| **Plussat** | **Miinukset** | **Plussat** | **Miinukset** |
|  |  |  |  |