

Mathilda Masters

met illustraties van Louise Perdieus

123

**SUPERSLIMME
DINGEN** DIE JE MOET
WETEN OVER

liefde & seks

Lannoo

INHOUD

1 HOE ZIET JOUW LICHAAM ERUIT?	7
2 WELKOM IN DE PUBERTEIT	23
3 IK BEN VERLIEFD...	49
4 EN DAN... IS ER SEKS	71
5 DE VOORTPLANTING	95
6 WE ZIJN ALLEMAAL VERSCHILLEND	115
7 NEE IS DIK OKÉ	129
8 BLOOT & SEKS ZIJN OVERAL	137

- 1 -

**HOE ZIET
JOUW
LICHHAAM
ERUIT?**



1 ZICHTBARE PIEMELS VERSUS ONZICHTBARE SPLEETJES

Vind je het lastig om over 'die dingen daar beneden' te praten? Dat is nergens voor nodig. De helft van de wereldbevolking heeft een **penis**, de andere helft een **vagina**. Misschien gebruik jij er een andere naam voor. **Phallus** is de officiële Latijnse naam voor de penis en de vagina is de **vulva**, maar die woorden gebruiken vooral dokters en wetenschappers. Piemel, plasser, fluit, jongeheer en lul zijn een paar populaire namen voor de penis. Spleetje, schede, voorbips, poes, muis, roos of kut zijn namen voor het vrouwelijke geslachtsorgaan. Geslachtsorganen in het algemeen worden ook wel genitaliën genoemd, van het Latijnse woord **genitalia**.

Een penis is veel zichtbaarder dan een vagina. Jongens houden hun piemel ook vast tijdens het plassen. Ze zien en voelen wat er met hun penis en ballen gebeurt als ze in koud water springen of wanneer ze bang zijn. Daarom zijn jongens over het algemeen wat meer vertrouwd met hun geslachtsorgaan dan meisjes.

Wanneer meisjes rechtop staan, zien ze vaak alleen maar een spleetje tussen hun benen. De rest van hun vagina zit verborgen. Toch is het goed dat meisjes weten hoe hun vulva eruitziet. Net als bij jongens is het een belangrijk deel van je lichaam. Neem er dus gerust een spiegel bij en bekijk je spleet of piemel maar een keer in detail. Daar is niks raars aan. Je gaat er veel van opsteken.

Extra weetje:

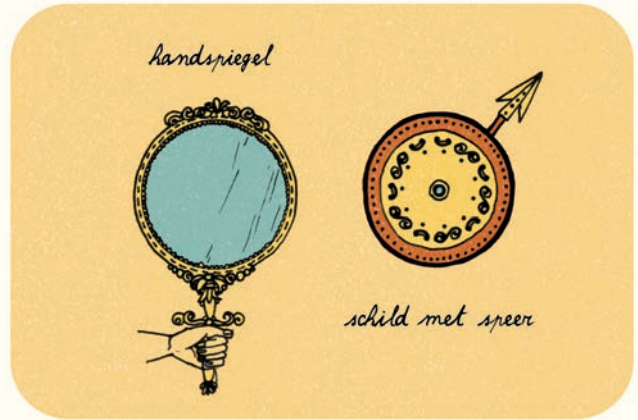
Sommige talen hebben mooie namen voor de vagina. In China noemen ze het meimei, wat kleine zus betekent. Het woord yni komt uit het Sanskriet en betekent vrouwelijke energie.

2 DE HANDSPIEGEL VERSUS HET SCHILD MET DE SPEER

Om het geslacht van iemand aan te duiden wordt soms een **symbool** gebruikt. Voor mannen is dat een rondje met een schuin naar boven gericht pijltje aan de rechterkant. Voor vrouwen is het een rondje met onderaan een kruis.

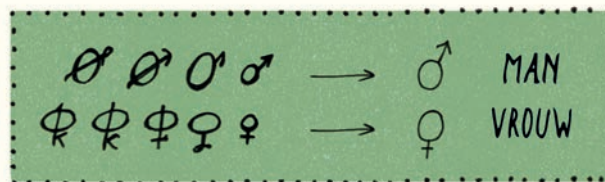
Die symbolen bestaan al heel lang. Ze komen oorspronkelijk uit de mythologie en de astrologie. Het vrouwelijke symbool wordt ook wel het Venussymbool genoemd, naar de Romeinse godin van de schoonheid, de liefde, de seksualiteit en de voortplanting. Het tekeningetje zou de handspiegel zijn die **Venus** in haar handen hield. Het mannelijke symbool verwijst naar de Romeinse god **Ares** (of de Griekse god **Mars**), de god van oorlog en krijgslust. Het mannelijke teken wordt wel eens beschreven als een schild met een zwaard. In de astrologie duiden de tekens op de planeten Venus en Mars.

Carl Linnaeus (1707-1778) gebruikte de symbolen als eerste om het geslacht van planten aan te duiden. Hij was een bekende Zweedse arts en plantkundige die planten – en later ook dieren – in klassen indeelde naargelang de manier waarop ze zich voortplanten. Hij gebruikte daarbij allerlei woorden en begrippen om zaken aan te duiden waar zijn collega-wetenschappers de wenkbrauwen bij fronsten. In die tijd mocht je namelijk niet praten over seks, zelfs niet bij planten. Gelukkig beseften veel mensen wel hoe belangrijk het werk van Carl Linnaeus was. Zijn boeken vormen nog altijd de basis voor de classificatie van planten en dieren.



Extra weetje:

In het begin van de jaren zeventig van de vorige eeuw tekenden de Dolle Mina's een vuist in het rondje van het Venussymbool. Het werd een symbool voor het feminisme, de strijd voor gelijke rechten voor vrouwen en mannen.



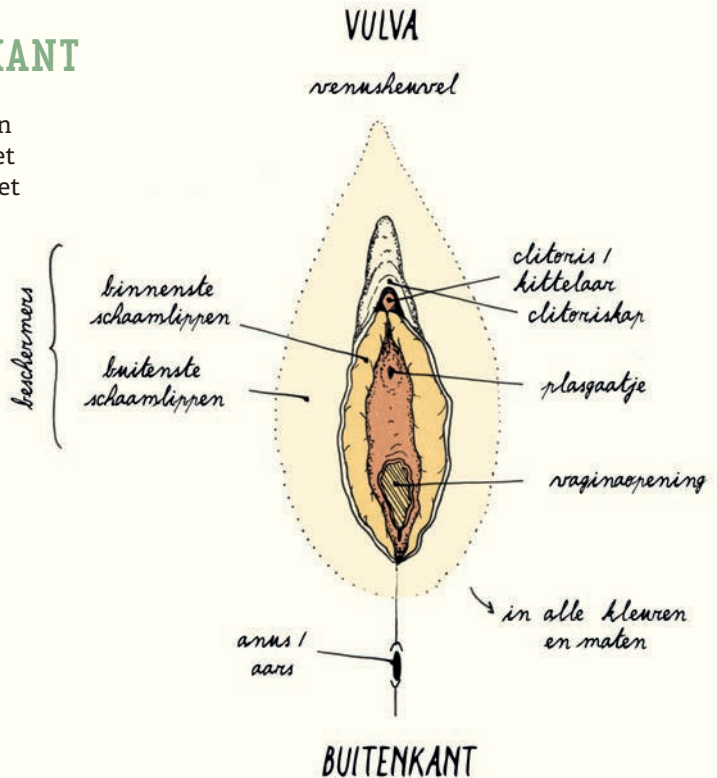
3 MEISJES AAN DE BUITENKANT

De officiële naam voor het buitenste deel van het vrouwelijke geslachtsorgaan is *vulva*. Het bestaat uit de schaamlippen, de clitoris en het voorhof.

De schaamlippen heten eigenlijk **labia**. Vrouwen hebben twee paar labia: de buitenste en de binnenste. De buitenste **schaamlippen** zijn huidplooiën die beginnen aan de venusheuvel – het driehoekje dat vanaf de puberteit dikker wordt en waar haartjes op groeien – en tot net voorbij de vaginaopening lopen. Tussen die buitenste schaamlippen zitten de binnenste schaamlippen aan weerszijden van de vaginaopening. Dat zijn ook huidplooiën, maar ze zijn dunner en vochtiger en er groeien geen haartjes op. De schaamlippen beschermen de vagina, het plasgaatje en het topje van de clitoris.

Soms worden ze ook de grote en kleine schaamlippen genoemd, maar dat is niet correct. Bij jonge meisjes zijn de schaamlippen nog klein en glad, maar vanaf de puberteit groeien ze en veranderen ze van vorm en kleur. In veel gevallen zijn de binnenste schaamlippen groter dan de buitenste.

Net boven de schaamlippen zit een bobbeltje dat ongeveer zo groot is als een erwt. Dat is de **clitoris** of **kittelaar**. Het bolletje is een klein deel van een veel groter orgaan waarover je meer



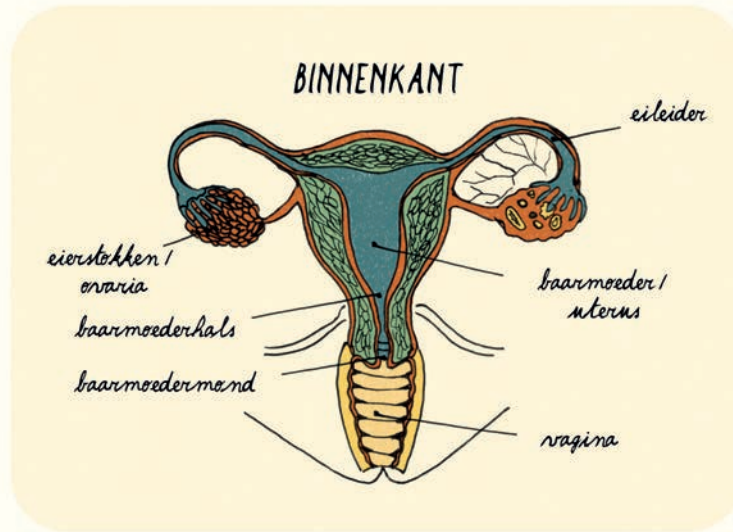
leest in **weetje 5**. Onder de clitoris begint het **voorhof**. Eerst zit er een heel klein gaatje dat je bijna niet ziet. Het is het **plasgaatje** waarlangs de urine naar buiten komt. Eronder ligt de vaginaopening, die naar de **vagina** leidt. Ben je onzeker over hoe jouw vulva eruitziet? Kijk eens naar *The Vulva Gallery* op Instagram met tientallen tekeningen van vulva's in alle maten en vormen. Dan zie je pas hoe verschillend we allemaal zijn.

CHECK DE VULVAGALERIJ!



Extra weetje:

Er zijn maar een paar talen die het woord 'schaam'lippen gebruiken. Meestal worden ze gewoon labia genoemd, wat logischer is want het is niets om je over te schamen.



4 MEISJES AAN DE BINNENKANT

Wanneer we over het vrouwelijke geslachtsorgaan spreken, gebruiken we vaak het woord vagina. In een vorig weetje las je dat het eigenlijk **vulva** moet zijn. De **vagina** is de gang die naar binnen leidt. Sommige mensen denken dat het een soort buis is die openstaat, maar dat klopt niet. De wanden van de vagina kleven in principe tegen elkaar. Daarom doet het pijn als je zomaar een vinger naar binnen probeert te stoppen wanneer je vagina niet vochtig is. Behalve wanneer je een tampon inbrengt als je ongesteld bent, wanneer je seks hebt en er een penis of wat anders naar binnen gaat of wanneer je een baby krijgt, dan gaan de wanden van elkaar. De vagina van een volwassen vrouw is tussen de zeven en tien centimeter lang. Ze dient om menstruatiebloed naar buiten te brengen, om een penis in je lichaam toe te laten en het is de weg waarlangs een baby geboren wordt.

Rond de vagina en de urinebuis liggen de **zwellichamen** van de clitoris. Wanneer je seksueel opgewonden bent, vullen ze zich met bloed – net als de penis. Ze beschermen

de vagina als een soort airbag, maar zorgen er ook voor dat meisjes en vrouwen fijn kunnen klaarkomen. Daarover lees je meer in het hoofdstuk over seks.

Aan het einde van de vagina ligt de **baarmoedermond**. Dat is geen echte mond, maar de ingang van de baarmoeder. Je voelt hem als een soort knobbeltje. Vandaar gaat het langs de **baarmoederhals** naar de **baarmoeder** of **uterus**. De baarmoeder ziet er bij een volwassen vrouw uit als een peer en is erg gespierd. Het is de plaats waar baby's groeien.



Boven aan de baarmoeder zit aan elke kant een **eileider**. Het zijn buisjes met aan het uiteinde een soort 'handje'. Vlakbij zitten de **eierstokken** of **ovaria** waarin de eicellen worden opgeslagen en waar allerlei hormonen geproduceerd worden. We vertellen je er meer over in deel 5.

5 DE CLITORIS IS HET TOPJE VAN DE IJSBERG

Aan de bovenkant van de vulva zit het uiteinde van een bijzonder orgaan: de **clitoris** of **kittelaar**. De naam komt van het Griekse *kleitoris*, wat 'kleine heuvel' betekent. Het knopje draagt een soort hoody die gevormd wordt door de binnenste schaamlippen. Dat is het **clitoriskapje** of **clitorishoedje**. Als je het wat naar achteren schuift, zie je dat het bolletje op de eikel van de penis lijkt. Dat wordt de **glans** van de clitoris genoemd. Het is hét gevoeligste plekje van je lichaam. Dat komt omdat er wel achtduizend zenuwuiteinden samenkomen.

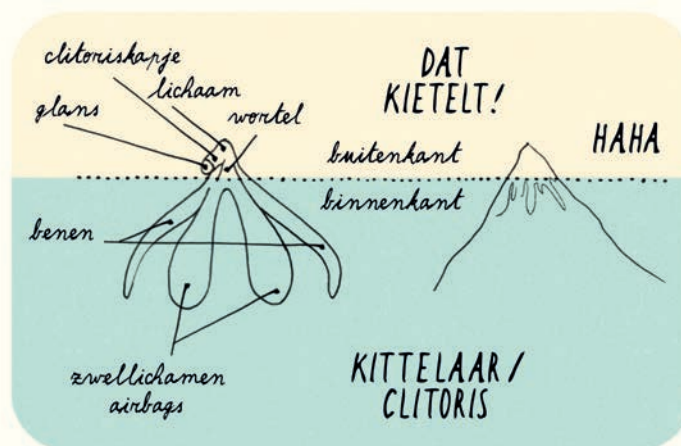
De rest van de clitoris zit in je buik. Het hele orgaan ziet eruit als een soort bloem met twee lange en twee korte armen. De armen zijn zwellichamen die bij de schaamlippen en rond de vagina liggen. De uitlopers zijn ongeveer negen centimeter. Net als bij de penis vullen de zwellichamen zich met bloed als een meisje seksueel opgewonden raakt. Het knopje aan de buitenkant richt zich op en wordt groter.

De clitoris krijgt dus ook een erectie. Als het knopje gestimuleerd wordt, kan een meisje een orgasme krijgen. Daarom worden de clitoris en de penis ook wel **spiegelorganen** genoemd. Je leest er meer over in **weetje 8**.

De eerste die een duidelijk beeld van de clitoris schetste, was de Nederlandse dokter Reinier de Graaf (1641-1673). Helaas had niemand belangstelling voor zijn ontdekking. Nog altijd weten veel mensen niet hoe de clitoris eruitziet en dat het net als de penis een groot orgaan is waar je veel plezier aan kunt beleven. Gelukkig weet jij het nu wel.

Extra weetje:

Het is slim van de natuur om het topje van de clitoris niet in de vagina te plaatsen. Dat topje is zo gevoelig dat een baby krijgen nog veel pijnlijker zou zijn.





6 JONGENS AAN DE BUITENKANT

Aan de buitenkant hebben jongens een **phallus** of **penis** en een **balzak** of **scrotum**. Die zien er bij elke jongen of man anders uit. Ze zijn dus net als vulva's allemaal uniek.

Het stuk van de penis dat je kunt vastpakken en dat aan je onderbuik vastzit, heet de **schacht**. Aan het einde ervan zit de **eikel** of **glans**. Dat is de ronde top die wat roder en vochtiger is. De eikel wordt beschermd door de **voorhuid** of het **preputium**. Het is een stukje loszittende huid dat je heen en weer kunt bewegen. Het kan erg in grootte verschillen. Bij sommige mannen bedekt het de eikel amper, bij andere hangt het er als een soort slurfje overheen en bij nog andere wordt het weggesneden. Daarover lees je meer in [weetje 14](#).

Als je de voorhuid naar achteren schuift, kun je de eikel goed zien. In het midden zit een gaatje. Dat is het plasgaatje. Zowel urine als sperma komt daarlangs naar buiten. De voorhuid zit met een klein stukje huid – het **toompje** – vast aan de eikel. Je kunt het vergelijken met je tongriem, het stukje huid waarmee je tong onderaan vastzit in je mond. Bij de penis zie je het pas wanneer je de voorhuid helemaal naar achteren schuift. Bij sommige jongens zit de voorhuid zo strak dat ze niet naar achteren kan of dat het pijn doet. Vaak lost dat zich vanzelf op als je groter wordt en anders kan de dokter het eenvoudig verhelpen.

Onder je penis zit de **balzak**. Het is een zakje waarin de teelballen, de bijballen en het begin van de zaadleiters zitten. Tussen je balzak en je anus ligt het **perineum** of de bilnaad. Dat is bij jongens en mannen vaak een erg gevoelige plek.

7 JONGENS AAN DE BINNENKANT

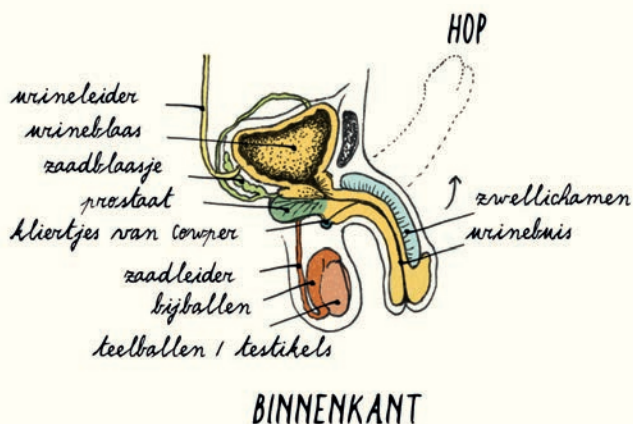
De penis is groter dan wat je aan de buitenkant ziet. Ongeveer de helft zit verborgen in je buik. In de penis liggen drie **zwellichamen**: twee aan de bovenkant en eentje aan de onderkant. Ze werken een beetje als een spons. Wanneer ze vol bloed stromen, wordt de penis groter, warmer en misschien wat roder. Hij richt zich op en je krijgt een **erectie**. Op dat moment ziet je penis er anders uit dan in slappe toestand. Je ziet adertjes liggen en misschien ook kleine bobbeltjes. Dat zijn talgkliertjes die dienen om de huid glad te houden. Ze zijn heel normaal.

Door de schacht loopt de **urinebuis**. Het is de weg waarlangs zowel urine als sperma naar buiten komt, maar nooit samen. De twee zwellichamen bovenaan lopen helemaal vol bloed wanneer je een erectie krijgt, maar het onderste niet. Dat is om ervoor te zorgen dat je urinebuis niet afgekneld wordt en het sperma naar buiten kan.

In je balzak zitten je **teelballen** of **testikels**. Je kunt ze voelen als twee harde eitjes. In die testikels worden de geslachtshormonen en de zaadcellen geproduceerd. Bovenaan zitten de **bijballen** als een soort krullerige pruikjes. Het

is de plaats waar de zaadcellen verder rijpen. Vanuit elke bijbal loopt een **zaadleider** naar je buik. Onderweg krijgen de zaadcellen vocht toegevend vanuit de zaadblaasjes, de prostaat en de klier van Cowper. Het zaadvocht en de zaadcellen samen noemen we **sperma**.

Voor het sperma zijn weg naar buiten vindt, gaat er al wat vocht door de penis. Dat is **voorvocht** en het dient om de buis waar urine en sperma doorheen gaat – de **urogenitale buis** – schoon te maken.



8 DE CLITORIS EN DE PENIS ZIJN ELKAARS SPIEGELBEELD

In **weetje 5** las je al dat de clitoris bij het meisje en de penis bij de jongen erg op elkaar lijken. Het worden ook wel **'spiegelorganen'** genoemd omdat ze als spiegelbeelden zijn.

In de buik van de moeder hebben jongens en meisje dezelfde geslachtsorganen tot ze ongeveer zes weken oud zijn: een piepkleine

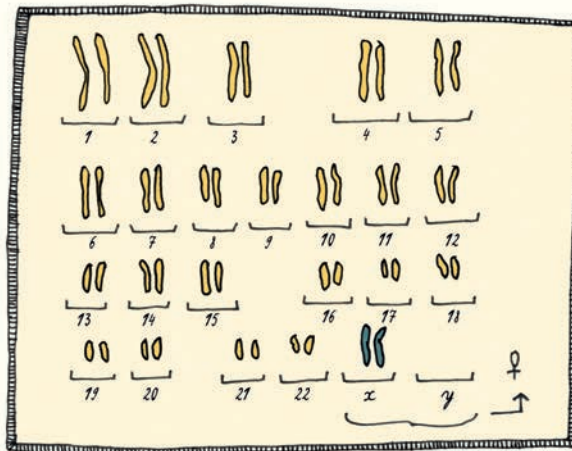


fallus met daaronder de **balzak-schaamliplooi**. Het grote verschil zit in de chromosomen. Daarvan heb je er zesenvestig. De helft komt van je moeder en de andere helft van je vader. Ze bevatten al je erfelijk materiaal en bepalen wie je bent. De **chromosomen** vormen tweeëntwintig keurige paren en één bijzonder paar. Dat is het paar dat je geslacht bepaalt. Meisjes krijgen van beide ouders een X-chromosoom. Jongens krijgen van hun

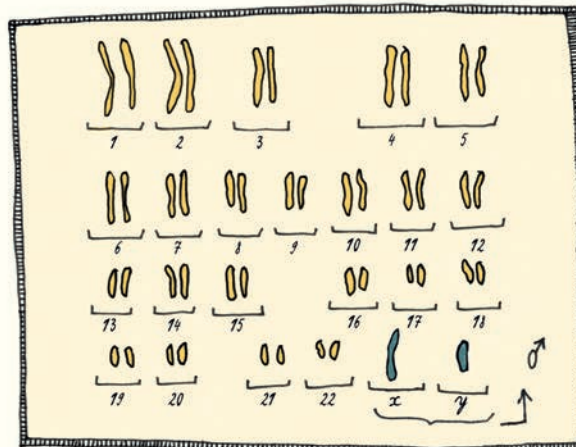
moeder een X-chromosoom en van hun vader een Y-chromosoom. Het Y-chromosoom zorgt ervoor dat jongens een penis ontwikkelen en mannelijke geslachtskenmerken krijgen. Het is het kleinste chromosoom van allemaal, maar het zet wel een heleboel verbouwingen in gang.

Bij meisjes is het redelijk eenvoudig. De fallus blijft klein en verandert niet van plaats. De balzak-schaamliplooi groeit uit tot de buitenste schaamlippen.

Bij jongens produceren de geslachtsklieren geslachtshormonen die ervoor zorgen dat de penis groeit. De balzak-schaamliplooi groeit aan elkaar tot de balzak. Bij veel jongens kun je onder aan de penis en op de balzak het lijntje nog zien waar dat gebeurde. Tegelijkertijd breekt het anti-Müller-hormoon de vrouwelijke delen af die anders zouden uitgroeien tot een vagina, een baarmoeder en eileiders.



genen
vrouw



genen
man

Met dank aan Sensoa en in het bijzonder aan Wannes Magits

Voor de weetjes in dit boek zochten we op verschillende plaatsen naar informatie. We gebruikten boeken, nationale en internationale kranten en tijdschriften, documentaires en websites van allerlei organisaties die zich bezighouden met relaties en seksualiteit. Wannes Magits van Sensoa las over onze schouder mee. Hieronder vind je een lijst met websites waar je terecht kan als je meer informatie over een bepaald onderwerp zoekt.

België:

- www.allesoverseks.be (algemene info)
- www.sensoa.be (algemene info)
- www.awel.be (info en een luisterend oor voor kinderen en jongeren)
- www.childfocus.be (hulp bij online seksueel geweld)
- www.nupraatikerover.be (chat seksueel geweld, mishandeling..)
- www.noknok.be (hulp als je in een dip zit)
- www.watwat.be (info op maat van jongeren)
- www.jac.be (Jongeren Advies Centrum in je buurt)
- www.fara.be (info over ongewenste zwangerschap, tienerzwangerschap)
- www.cavaria.be (info over gender- en seksuele diversiteit)
- www.weljongniethetero.be (jongerenwerking rond seksuele- en genderdiversiteit)

Nederland:

- www.sense.info (algemene info)
- www.seksualiteit.nl (algemene info)
- www.rutgers.nl (algemene info)
- www.zanzu.nl (info in verschillende talen over je lichaam)
- www.gripopjedip.nl (hulp als je in een dip zit)
- www.chatmetfier.nl (hulp bij (seksueel) geweld)
- www.helpwanted.nl (hulp bij online seksueel misbruik)
- www.fraudehelpdesk.nl (info over misbruik op het internet)
- www.soaids.nl (info over soa's en aids)
- www.jongenout.nl (info over homoseksualiteit)
- www.comingout.nl (info over homoseksualiteit)

WWW.LANNOO.COM

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2021

Teksten: Mathilda Masters

Illustraties: Louize Perdieu

Omslagontwerp: Louize Perdieu & Studio Lannoo (Mieke Verloigne)

Vormgeving: Louize Perdieu & Studio Lannoo (Mieke Verloigne)

Inhoudelijke redactie: Wannes Magits (Sensoa) en Maureen Luyens

We hebben ons uiterste best gedaan om alle informatie te verifiëren. Natuurlijk zijn weetjes en wetenschap altijd in ontwikkeling. Deze weetjes zijn dus een momentopname, ze zijn waar tot het tegendeel bewezen is. Als u – ondanks al onze inspanningen – foutieve informatie zou ontdekken, mag u altijd een mailtje sturen naar kinderboek@lannoo.be.

ISBN 978 94 014 7372 9 — D/2021/45/202 — NUR 255/226

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.