

# *Inhalts*

## **Wieso kann ich schreiben?**

Über das Zusammenspiel von Kopf und Händen 9

## **Erzähl mir mehr über mein Gehirn**

Denken – lernen – musizieren – schlafen – träumen – traurig und  
glücklich sein 12

## **Die Wunderpumpe**

Wie funktioniert mein Herz? 17

## **Kreislauf? Wer läuft denn da im Kreis?**

Julia wird in den Körper gebeamt und erkundet  
die Blutgefäße 22

## **Was macht der Bauch mit all dem Essen?**

Eine Reise durch den Magen und den Darm 27

## **Verrückt – jetzt bin ich eine Frau**

Wenn Mädchen ihre Tage haben 33

## **Erklär uns Liebe**

Über Sex, Gefühle, Verhütung und das erste Mal 38

## **Denkst du auch mit deinem Penis?**

Die männlichen Organe und das Geheimnis der Sexualität 42

## **Wie merke ich, ob ich schwanger bin?**

Schwangerschaft und Kinder kriegen 49

## **Bau dir deine Knochen auf**

Das Skelett ist eine lebenslange Baustelle 54

## **Wieso bin ich »ich« und nicht ein anderer?**

Die Erbanlagen und das Gefühl, ein menschliches Wesen zu sein 59

## **Tief einatmen!**

Und was dabei alles passiert 65

<b>Jetzt reicht's mir – ich bin schon wieder erkältet!</b>	
Das Abwehrsystem muss uns vor vielen Feinden schützen	70
<b>Rot ist rot und grün ist grün – oder etwa nicht?</b>	
Vom Sehen und Erkennen	75
<b>Wie kommt Musik in meinen Kopf?</b>	
Von tanzenden Zellen und was geschieht, wenn ich die Ohren spitze	83
<b>Ich kann zaubern – meine Wunde ist geheilt!</b>	
Wie der Körper sich selbst repariert	89
<b>Fühl mal meine Muskeln!</b>	
Kraft und Geschicklichkeit – und wie man sie trainiert	95
<b>Schmeckt prima – macht krank</b>	
Warum die richtige Ernährung so wichtig ist	101
<b>Meine Oma ist gestorben – warum durfte sie nicht weiterleben?</b>	
Wie man alt wird und jung bleibt	107
<b>Alle tun es – warum denn ich nicht?</b>	
Ein Streitgespräch über Zigaretten, Alkohol und andere Versuchungen	111
<b>Schlank – schlanker – Magersucht</b>	
Der traurige Kampf gegen den eigenen Körper	117
<b>Meine Haut muss schöner werden</b>	
Akne und andere Probleme mit Haut und Haaren	122
<b>Erste Hilfe oder: Unser Turnlehrer wird wiederbelebt</b>	
Wie man im Ernstfall helfen kann	128
<b>Wieso weiß die Tablette, wo es mir wehtut?</b>	
Tropfen, Pillen, Zäpfchen und ihre Wirkungen	132
<b>Behindert – wie kann man so leben?</b>	
Keine Sorge, wir sind stärker, als ihr denkt	137
<b>Stichwortverzeichnis</b>	143