

Inhalt

Vorwort 9

Der Genitalbereich 17

Die Vulva – Der sichtbare Teil 18

Wunderwerk Vagina 22

Die Klitoris – Nur die Spitze des Eisbergs 25

Blutige Jungfräulichkeit 29

Das zweite Loch 37

Haarige Tipps 38

Die inneren Geschlechtsorgane – Verborgene Schätze 43

Die Frage des Geschlechts 49

Ausfluss, Monatsblutung und andere Säfte 62

Vaginaldusche und Discomaus 62

Die Menstruation – Warum wir nicht verbluten 68

Fleckenfreies Sofa! Über Binden, Tampons
und Menstruationstassen 78

PMS – Potentielles Mordsyndrom 82

Der ewige Kreislauf –

Hormone und der Menstruationszyklus 86

Wann kann man eigentlich schwanger werden? 94

Sex	100
Das erste Mal	101
Analsex	111
Ein ganz gewöhnliches Sexleben	116
Wenn die Lust verschwindet	124
The Big O	136
Die Orgasmusbibel	146
Empfängnisverhütung	151
Hormonelle Verhütung	154
Verhütung ohne Hormone	166
Notfallverhütung – Wenn Panik aufkommt	173
Gibt es schlechtere und bessere Verhütungsmethoden?	180
Hormonelle Verhütung und Menstruation	189
Wie lässt sich die Menstruation verschieben?	193
Die Pille optimal verwenden – So geht's	196
Hormonelle Verhütung – Ist das nicht gefährlich?	198
Die gewöhnlichsten Nebenwirkungen	
hormoneller Verhütung	205
Die selteneren Nebenwirkungen	210
Was wir nicht sicher wissen	216
Zeit für eine Hormonentschlackung?	228
Kleine Verteidigungsrede für die hormonelle Verhütung	230
Verhütungsratgeber für den Unterleib	232
Schwangerschaftsabbruch	237
Trouble im Intimbereich	244
Menstruationsstörungen – Abweichungen von der Regel	246
Endometriose – Gebärmutterschleimhaut	
im Charterurlaub	256

Polyzystisches Ovar-Syndrom –	
Die unbekannte Frauenkrankheit	262
Myome – Perlen der Gebärmutter	267
Vulvodynie – Unerklärliche Schmerzen	
im Bereich der Vulva	270
Chlamydien, Tripper und entfernte Verwandte	280
Herpes – War's das jetzt mit dem Sexleben?	291
Heftiges Jucken und Fischgeruch –	
Unterleibsbeschwerden, die uns allen mal begegnen	299
Wenn das Wasserlassen weh tut	308
Tropf, tropf, tropf – Alles über Blasenschwäche	311
Hämorrhoiden und Marissen	315
Gebärmutterhalskrebs und wie man ihn vermeidet	318
Fehlgeburt – Von Facebook zur Wirklichkeit	332
Die Uhr tickt –	
Wie lange kann man mit dem Kinderkriegen warten?	339
Genitalverstümmelung	343
Schnitt im Schritt –	
Warum wir die Vulva unters Messer legen	346

Nachwort 351

Anmerkungen 353

Bibliographie 379