

# Inhalt

## Vorwort 9

<b>Der Genitalbereich 17</b>
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
<b>Ausfluss, Monatsblutung und andere Säfte 62</b>
Vaginaldusche und Discomaus 62
Die Menstruation – Warum wir nicht verbluten 68
Fleckengreies 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

<b>Sex</b>	100
Das erste Mal	101
Analsex	111
Ein ganz gewöhnliches Sexleben	116
Wenn die Lust verschwindet	124
The Big O	136
Die Orgasmusbibel	146
<b>Empfängnisverhütung</b>	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
<b>Trouble im Intimbereich</b>	244
Menstruationsstörungen – Abweichungen von der Regel	246
Endometriose – Gebärmutter schleimhaut	
im Charterurlaub	256

Polyzystisches Ovar-Syndrom –	
Die unbekannte Frauenkrankheit	262
Myome – Perlen der Gebärmutter	267
Vulvodynies – 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 Marisken	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