

# Inhalt

## **Vorwort** 7

## **Unsere Sexualität** 9

Pubertät 12

## **Unser Körper** 15

Wie Mädchen aussehen 16 – Wie Jungen aussehen 24 – Die inneren Sexualorgane 27

## **Wer bin ich?** 37

Sexuelle Identität 37 – Homosexualität 41 – Bisexualität 44

## **Masturbation** 46

Ammenmärchen 47 – Wie sich Mädchen selbst befriedigen 49 – Wie sich Jungen selbst befriedigen 52 – Was spricht für Selbstbefriedigung? 52

## **Orgasmus** 56

Orgasmus bei Mädchen 58 – Orgasmus bei Jungen 63

## **Spaß am Sex** 65

Erogene Zonen 67 – Geschlechtsverkehr 72 – Stellungen 90

## **Es ist nicht immer leicht** 93

Jungfräulichkeit 93 – Das erste Mal 95 – Anregungsmittel 98

## **Empfängnisverhütung** 102

Die Pille 107 – Die Mini-Pille 111 – Intra-Uterin-Pessar 112 –

Kondom 115 – Scheidenpessar 117 – Chemische Verhütungsmittel 118 – Sterilisation 120 – Kalender-Methode 120 – Aufpassen 122 – Scheidenspülung 123 – Hormonelle Mittel der Zukunft 124

**Schwangerschaft** 126

Woran merkt man es? 126 – Schwangerschaftstest 128 – Wenn du schwanger bist 129

**Schwangerschaftsabbruch** 134

Indikationen 137 – Methoden 140

**Ein Kind kommt** 144

Ärztliche Hilfe 146 – Heiraten 147 – Schule und Beruf 148 – Unterhalt 149 – Adoption 151

**Krankheiten der Sexualorgane** 152

Hygiene 152 – Sexuell übertragbare Krankheiten 153 – Geschlechtskrankheiten 155 – Scheidenentzündungen 159 – Weitere Erkrankungen 162 – Menstruationsbeschwerden 165 – Krebs 166

**Sexualität und Recht** 170

Verführung 170 – Exhibitionismus 172 – Homosexualität 174 – Inzest 175 – Pädophilie 177 – Pornographie 179 – Prostitution 181 – Voyeurismus 182 – Transsexualität 183 – Transvestitismus 184 – Vergewaltigung 185 – Und wenn du selbst mit dem Gesetz in Konflikt gerätst? 188

**Beratungsstellen** 190

**Bücherliste** 197

**Sachregister** 200

**Quellenverzeichnis der Abbildungen** 203