

INHOUD

VAN PUBER NAAR VOLWASSENE

DE PUBERTEIT

Waarom zeggen ze weleens ‘de lastige leeftijd’? blz. 14

VAN JONGEN TOT MAN

Wat betekent de puberteit voor jongens? blz. 15

Hoe ontstaan zaadcellen? blz. 16

Waarlangs verlaten zaadcellen het lichaam? blz. 17

Hoe verlaten zaadcellen het lichaam? blz. 17

VAN MEISJE TOT VROUW

Wat betekent de puberteit voor meisjes? blz. 18

Wat is de menstruatie? blz. 19

Waarvoor dient de menstruatie? blz. 20

Wat is ovulatie? blz. 21

SEKSUELE RELATIES

EEN BEETJE ANATOMIE

Waarvoor dienen de teelballen en de eierstokken? blz. 24

Wat zijn geslachtscellen precies? blz. 25

Waarvoor dient de hypofyse? blz. 26

Hoe komt de zaadcel in contact met de eicel? blz. 27

EEN KINDJE MAKEN

Meisje of jongen? blz. 28

Zijn we allemaal uniek? blz. 29

Hoe werkt verlangen eigenlijk? blz. 30

Wat is vrijen? blz. 31

GEEN KINDJE MAKEN

Kun je elke keer wanneer je vrijt een kindje maken?.....	blz. 32
Pil of condoom?.....	blz. 32
Bestaan er andere voorbehoedsmiddelen?.....	blz. 33
Wat als je zwanger bent en je het kindje niet wilt?.....	blz. 33
En als je geen kindje meer wilt krijgen?.....	blz. 34

SEKSUEEL OVERDRAAGBARE AANDOENINGEN (SOA'S)

Wat zijn hiv en aids?.....	blz. 35
Welke andere aandoeningen komen voor?.....	blz. 35
Hoe weet je of je seropositief bent?.....	blz. 36
Wat doe je als je seropositief bent?.....	blz. 37
Wat is HPV (humaan papillomavirus)?.....	blz. 37

JE EIGEN SEKSUALITEIT

Wat is masturberen?.....	blz. 38
Wat is homoseksualiteit?.....	blz. 38
Wat is seksueel misbruik?.....	blz. 39
Hoe bescherm je jezelf?.....	blz. 40
Wat kun je doen als je niet goed in je vel zit?.....	blz. 41

DE ONTWIKKELING VAN EEN BABY

VAN EICEL TOT BABY

Hoe kunnen een zaadcel en een eikel in een baby veranderen?.....	blz. 44
Welke ziekten kunnen gevaarlijk zijn tijdens de zwangerschap?.....	blz. 45
Is het een meisje of een jongen?.....	blz. 46
Hoe kun je kinderen krijgen als je onvruchtbaar bent?.....	blz. 47

IN DE BUIK VAN MAMA

Hoe nestelt het vruchtje zich in de baarmoeder in?.....	blz. 48
Waarvoor dient de placenta?.....	blz. 49
Waarvoor dient het vruchtwater?.....	blz. 50
Wat is abortus?.....	blz. 50
Wat is een miskraam?.....	blz. 50

DE FOETUS

Blijven de cellen van de foetus zich vermenigvuldigen?.....	blz. 51
Hoe veranderen de cellen van de baby in organen?.....	blz. 51
Is de baby na zes maanden bijna klaar om geboren te worden?.....	blz. 52
Beweegt de baby?.....	blz. 53
Waarom zijn er tweelingen?.....	blz. 54

DE GEBOORTE

Hoe verloopt de bevalling?.....	blz. 55
Duurt een bevalling lang?.....	blz. 56
Hoe worden tweelingen geboren?.....	blz. 57
Wat is een keizersnede?.....	blz. 57

HET LEVEN VAN DE BABY

VLAK NA DE GEBOORTE

Wat is een couveuse?.....	blz. 60
Wat is een voortijdige bevalling?.....	blz. 60
Waarom huilt een baby zodra die geboren is?.....	blz. 61
Wat gebeurt er na de bevalling?.....	blz. 61
Wat zijn de eerste indrukken van de baby?.....	blz. 62
Borstvoeding of flesvoeding?.....	blz. 62

DE EERSTE JAREN

Wat zijn de eerste pleziertjes van de baby?.....	blz. 63
Wie is jaloers?.....	blz. 64

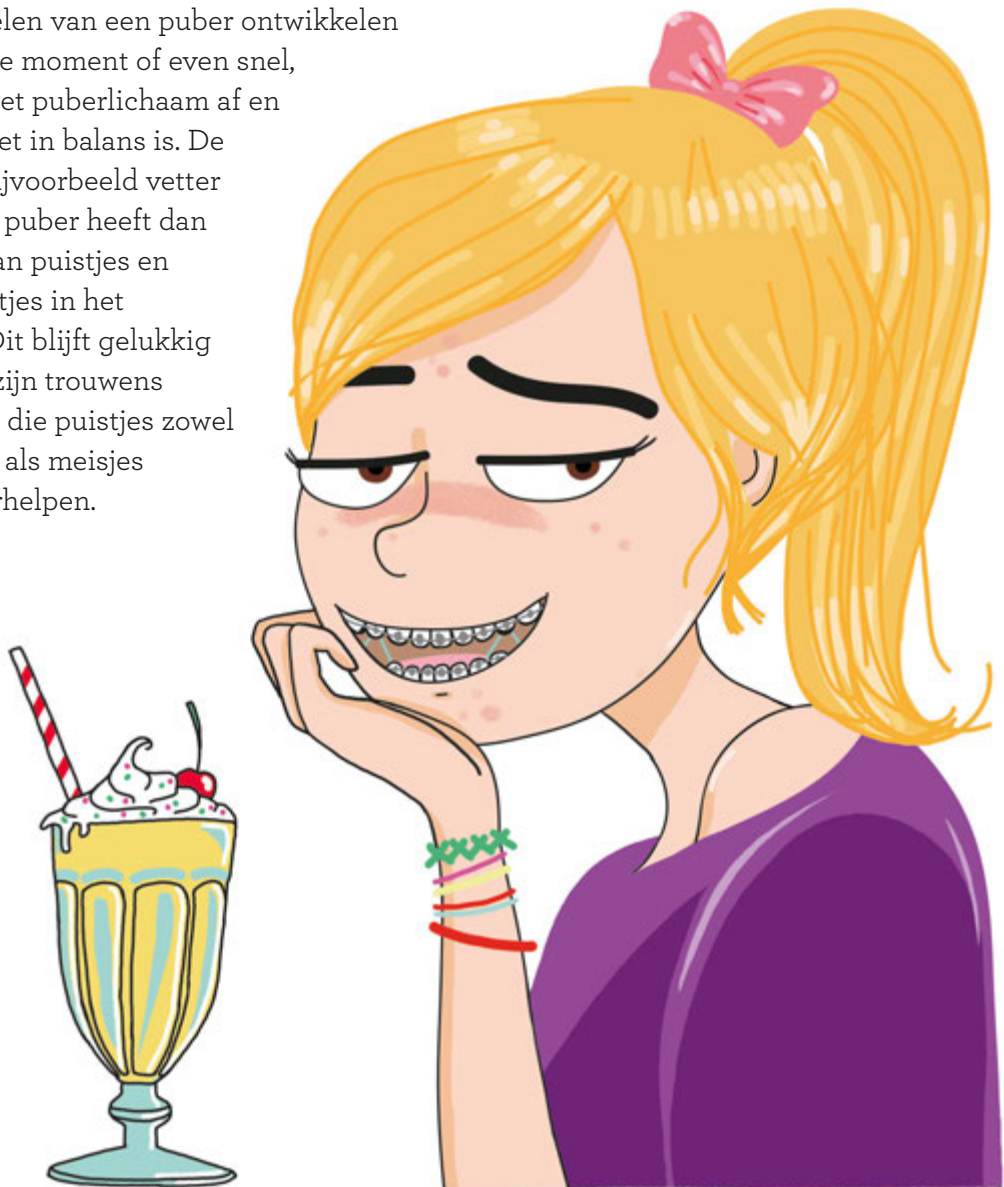
REGISTER.....	blz. 66
ADRESSEN.....	blz. 68



DE PUBERTEIT

● Waarom zeggen ze weleens ‘de lastige leeftijd’?

Omdat jongeren op deze leeftijd meestal moeite hebben met wennen aan hun nieuwe uiterlijk en daar niet altijd goed mee kunnen omgaan. Niet alle lichaamsdelen van een puber ontwikkelen op hetzelfde moment of even snel, waardoor het puberlichaam af en toe even niet in balans is. De huid kan bijvoorbeeld vetter worden; de puber heeft dan vaak last van puistjes en zwarte puntjes in het gezicht... Dit blijft gelukkig niet zo. Er zijn trouwens medicijnen die puistjes zowel bij jongens als meisjes kunnen verhelpen.



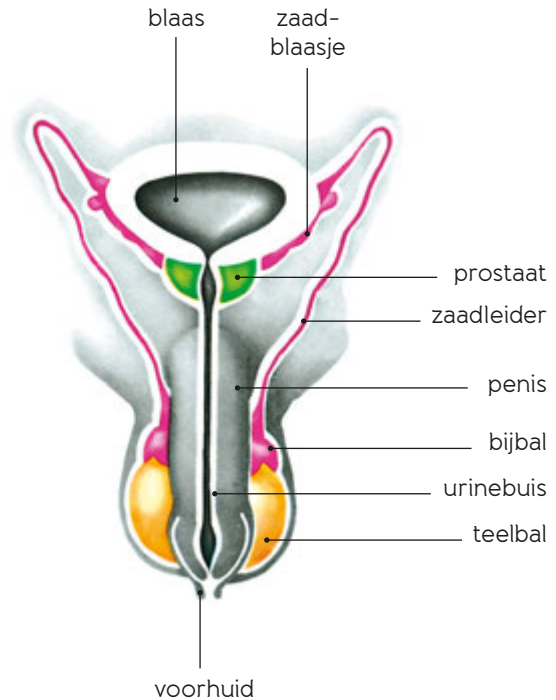
VAN JONGEN TOT MAN

● Wat betekent de puberteit voor jongens?

Bij jongens breekt rond de leeftijd van 13 jaar de puberteit aan: de overgangsfase tussen kind en volwassene. Dit kan een moeilijke periode zijn. Je voelt je soms net een buitenaards wezen.

Een puberjongen groeit snel. Hij krijgt een groeispurt! Zijn stem wordt zwaarder, bijna net zo zwaar als die van een volwassene. Er wordt dan gezegd dat hij de 'baard in de keel' heeft. Er groeit haar rondom zijn penis, die groter wordt. Dat geldt ook voor zijn teelballen, die in een zakje zitten. Dit zakje wordt het 'scrotum' genoemd.

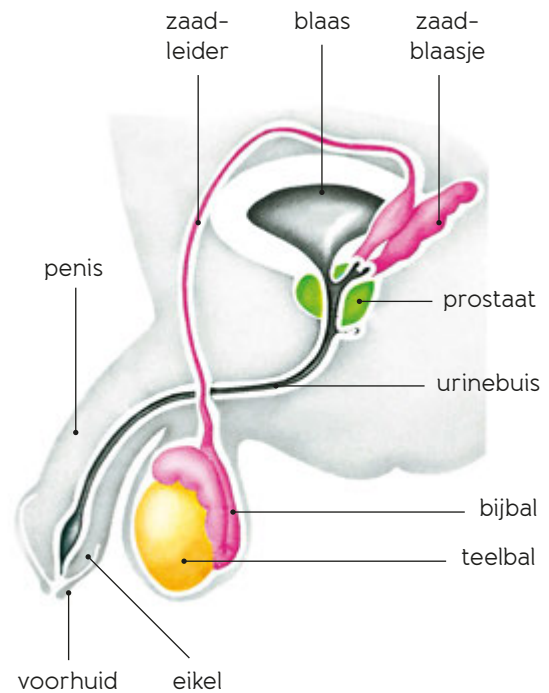
De puberjongen krijgt het begin van een snor en een paar haren op zijn kin. In deze



periode voelt de jongen zich meestal best stoer, maar hij maakt zich misschien ook een beetje zorgen omdat er heel belangrijke veranderingen in zijn lichaam gebeuren. Er worden bijvoorbeeld zaadcellen in zijn teelballen gevormd. De jongen begint dus een man te worden. Hij maakt al wat mannelijke hormonen aan. Binnenkort zal hij er nog veel meer aanmaken! Door deze hormonen worden de veranderingen in gang gezet.

● Hoe ontstaan zaadcellen?

De teelballen bestaan uit kleine buisjes die aan elkaar verkleefd zijn en samenkomen in een groter kanaal, waar de hele tijd cellen worden aangemaakt. Een zaadcel is een piepkleine cel met een kopje en een lange, heel dunne staart die kronkelt en waarmee de zaadcel zich in het kanaal kan verplaatsen. De zaadcellen lijken een beetje op kikkervisjes. Ze stapelen zich eerst op in een klein orgaan dat iedere teelbal bedekt: de bijbal. Ze gaan op zoek naar de uitgang en moeten daarbij een heel lange en trage weg afleggen. Na ongeveer 2 maanden bereiken ze de zaadleiters, die in de buikholtte uitkomen. Vervolgens komen ze in de zaadblaasjes aan. Dit zijn de kleine zakjes achter de blaas. Daar vermengt het vocht van de zaadblaasjes zich met het vocht van de prostaat, die er voedzame elementen aan toevoegt. Dit mengsel is 'sperma'.



Een erg vergrote zaadcel, zoals je die door een microscoop kunt zien.

De zaadcellen zwemmen dus via de twee zaadleiters van de bijballen naar de zaadblaasjes. Daar verzamelen ze zich en daarna vervolgen ze hun lange weg door de prostaat.

De prostaat is een klier die ziek kan worden. Hij wordt soms groter, vooral bij oudere mannen, zodat het onmogelijk wordt om te plassen. In dat geval moet de prostaat verwijderd worden, zoals dat gebeurt met de blindedarm bij een blindedarmontsteking.

● Waarlangs verlaten zaadcellen het lichaam?

De zaadcellen eindigen hun reis in de urinebuis, het kanaal dat door de hele penis loopt en door het uiteinde ervan: de eikel. Dat is de uitgang!

Jongens plassen ook daardoor! Als de blaas vol urine zit, stroomt die door de urinebuis naar buiten. Het kan vreemd lijken, maar de zaadcellen gebruiken dezelfde route...

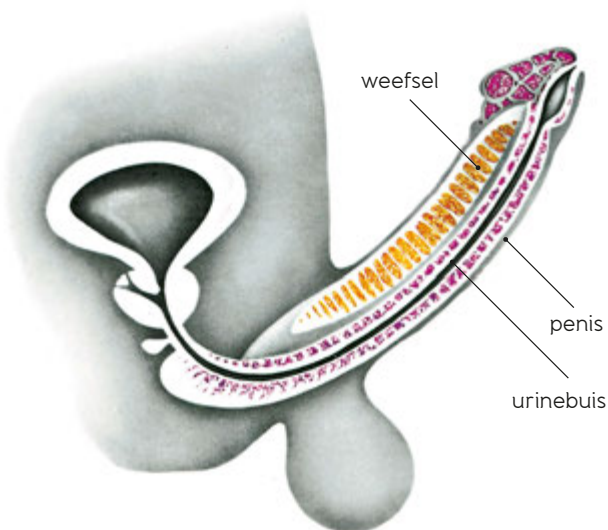
Dat gebeurt alleen als de penis een erectie heeft, dat wil zeggen dat de penis gezwollen is en rechtop staat, zoals op de tekening rechts en die hieronder. De bloedtoevoer laat de penis opzwellen en veroorzaakt een erectie.

Tijdens de erectie komt de eikel uit het huidflapje dat deze bedekt: de voorhuid. Bij sommige jongens zit de voorhuid te strak. In dat geval wordt deze verwijderd.



Dit wordt een 'besnijdenis' genoemd. In de joodse en islamitische godsdienst is dit een traditie en een religieus ritueel, zelfs als de voorhuid geen problemen veroorzaakt.

● Hoe verlaten zaadcellen het lichaam?



De zaadcellen zitten in het sperma. Tijdens de ejaculatie (zaadlozing) stroomt het sperma plotseling in schokkerige, krachtige stralen naar buiten.

Een zaadcel kan dan in het lichaam van de vrouw op een eikel stuiten, waaruit een kindje kan ontstaan.

De penis in erectie is gezwollen door de bloedtoevoer in het weefsel waaruit de penis bestaat.