



Total normal: Was du schon immer über Sex wissen wolltest

von Robie Harris und Michael Emberly, übersetzt Franziska Weber, Beltz-Verlag

Was uns an diesem Buch gefällt ist, dass es Bodypositiv ist. Das heisst, es bespricht alle möglichen Körper von alt und jung, dick und dünn, mit Behinderungen und ohne und bildet dies ab. Und es ist unseres Wissens das einzige Aufklärungsbuch, das Menschen aller möglicher Hautfarben abbildet.

Leider ist uns jedoch noch kein Aufklärungsbuch bekannt, das alle unsere Kriterien erfüllt. Auch dieses verpasst aus unserer Sicht mindestens zwei wichtige Aspekte, die wir dem Verlag auch zurück gemeldet haben:

_ Zum einen berücksichtigt es unseres Erachtens die weibliche Anatomie zu wenig. Deshalb haben wir uns entschieden, einen Text mit Abbildung aus www.lilli.ch diesem Buch beizulegen (siehe Rückseite).

_ Zum andern werden Begrifflichkeiten für trans*identitäre Menschen verwendet, die heute nicht mehr gebraucht werden. Heute gebräuchliche Begriffe und was Trans* bedeutet wird auf www.lilli.ch unter den Stichworten „trans“ oder „genderqueer“ erläutert. Die Selbstorganisation der Trans*Menschen heisst TGNS und lässt sich hier finden: www.tgns.ch. Hier halten wir fest:

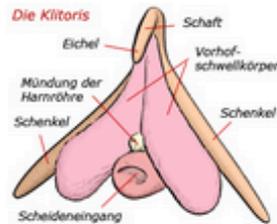
„Von Trans spricht man, wenn das innere Wissen einer Person, welches Geschlecht sie hat (Geschlechtsidentität), nicht mit dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht übereinstimmt. Begriffe, die ebenfalls dafür verwendet werden, sind z.B. Transgender oder Transidentität. Das heisst: Trans Männer wurden bei der Geburt als Mädchen einsortiert, trans Frauen als Jungen. Non-binäre trans Menschen wurden bei der Geburt als männlich oder weiblich einsortiert.“ www.tgns.ch

Weiter gibt es auch Menschen, die sich als „non-binär“ empfinden und sich nicht einem Geschlecht zuordnen können.

All die Menschen, bei denen das zugewiesene Geschlecht mit der Geschlechtsidentität übereinstimmt, nennen wir cis-Menschen.

Klitoris von aussen

Die inneren Lippen treffen vorn zusammen bei der Klitoris (Kitzler, aus dem Griechischen für «kleiner Hügel»), genau genommen bei ihrer Eichel (Klitoriskopf, Perle). Das ist ein rosa Buckel von wenigen Millimetern bis zu über einen Zentimeter Grösse. Die Eichel ist von einer zarten Hautfalte mehr oder weniger bedeckt; oft gehen die inneren Lippen auch direkt in diese Vorhaut über (auf dem Bild haben wir die Vorhaut nicht eingezeichnet; bei der [Galerie des Vulvaprojekts](#) entdeckst du einige Bilder von der Klitoris mit Vorhaut).



Klitoris von innen

Den Grossteil der Klitoris kannst du nicht sehen, er verläuft unsichtbar in der Tiefe: Der Schaft (bis vier Zentimeter lang) kann unter der Vorhaut ertastet werden. Die Klitoris hat auch zwei lange Schenkel, die entlang des Sitzbeins verlaufen, und zwei grosse

Schwellkörper, die Vorhofschwellkörper. Diese ziehen sich unter den inneren Lippen bis um den Eingang der [Scheide \(Vagina\)](#) herum.

Schwellkörper

Die Klitoris besteht – [gleich wie der Penis](#) – aus Schwellgewebe. Bei sexueller Erregung füllt sich dieses mit Blut an. Dadurch schwillt es an: Es kommt zu einer Erektion von Eichel und Klitorisschaft – diese richten sich also auf –, und der Scheidenvorhof weitet sich. Eichel und Schaft treten dann unterschiedlich stark hervor, das ist von Frau zu Frau verschieden.

Sehr berührungsempfindlich

Die Klitoris ist sehr reich an Nervenendigungen und daher sehr empfindlich; für viele Frauen löst ihre Berührung die lustvollsten Gefühle aus und ist der zuverlässigste Weg zum Orgasmus. Die Vorhaut schützt die Eichel vor Überreizung; wegen der grossen Empfindlichkeit finden manche Frauen die direkte Berührung der Eichel zu intensiv oder unangenehm.

Smegma mit Wasser abwaschen

Falls du ganz kleine weisse Klümpchen um den Klitoriskopf herum entdeckst, sind das Talgablagerungen (Smegma). Diese kannst du durch regelmässiges, vorsichtiges Waschen mit Wasser entfernen.