

Basisstof 1 De puberteit**geslacht (sekse)**

man, vrouw of intersekse

geslachtskenmerk

lichamelijk kenmerk waaraan je een geslacht herkent

primair geslachtskenmerk

geslachtskenmerk dat al bij de geboorte aanwezig is

intersekse

geslacht van een persoon met zowel mannelijke als vrouwelijke geslachtskenmerken

puberteit

periode waarin een persoon lichamelijk, geestelijk en sociaal verandert

lichamelijke verandering

verandering in de puberteit die je aan het lichaam kunt zien

secundair geslachtskenmerk

geslachtskenmerk dat in de puberteit ontstaat

geestelijke verandering

verandering in de puberteit in je gedachten, gevoelens, zelfstandigheid en sociale leven

Basisstof 2 Een vrouw**baarmoeder**

orgaan waar een bevruchte eicel zich ontwikkelt tot een kind

eierstok

orgaan waar eicellen zich ontwikkelen

eicel

vrouwelijke geslachtscel

ovulatie (eisprong)

het vrijkomen van een rijpe eicel uit een eierstok

eileider

buis die een eicel vervoert naar de baarmoeder

vulva

verzamelnaam voor de uitwendige geslachtsorganen van een vrouw

clitoris

orgaan dat gevoelig is voor prikkels die een fijn gevoel geven

clitoriseikel

gevoelig 'knopje' van de clitoris

clitorishoed

huidplooï om de clitoriseikel

zwellichaam

orgaan dat zich vult met bloed bij seksuele opwinding

binnenste schaamlippen

dunne, gladde huidplooïen die onder de clitoris samenkomen

vagina

opening die de vulva verbindt met de baarmoeder

buitenste schaamlippen

behaarde huidplooïen om de binnenste schaamlippen

maagdenvlies

randje weefsel aan het begin van de vagina

menstruatie (ongesteld)

afvoer van baarmoederslijmvlies en bloed via de vagina

maandverband

voorwerp dat je in je onderbroek plakt om slijmvlies en bloed op te vangen

tampon

voorwerp dat je in je vagina stopt om slijmvlies en bloed op te nemen

menstruatiecup

voorwerp dat je in je vagina stopt om slijmvlies en bloed op te vangen

menstruatiecyclus

cyclus van het terugkerend opbouwen en afstoten van het baarmoederslijmvlies

hormoon

stof die de werking van organen regelt

hypofyse

hormoonklier aan de onderzijde van de hersenen die stimulerende hormonen produceert voor de voortplantingsorganen

overgang

periode bij een vrouw waarbij steeds minder hormonen worden aangemaakt

Basisstof 3 Een man

teelbal

orgaan dat zaadcellen maakt

zaadcel (spermaceel)

mannelijke geslachtscel

balzak

huidplooï waar een teelbal en bijbal in ligt

bijbal

orgaan waar zaadcellen worden opgeslagen

zaadleider

buis die zaadcellen vervoert

zaadblaasje

orgaan dat vocht en voedingsstoffen toevoegt aan de zaadcellen

prostaat

orgaan dat vocht toevoegt aan de zaadcellen

sperma

zaadcellen en vocht uit de zaadblaasjes en de prostaat

penis

voortplantingsorgaan van de man dat bestaat uit zwellichamen, urinebuis, eikel en voorhuid

eikel

top van de penis die erg gevoelig is

voorhuid

dunne huidplooï die de eikel bedekt

erectie

het stijf worden van de penis

zwellichaam

orgaan dat zich vult met bloed bij seksuele opwinding

geslachtsgemeenschap

het inbrengen van een penis in een vagina

zaadlozing

het met schokken uit de penis komen van sperma

zweepstaart

staart waarmee een zaadcel zich voortbeweegt

Basisstof 4 Seks enzo

orgasme (klaarkomen)

lekker gevoel door prikkeling van de eikel van de clitoris of penis

zelfbevrediging (masturbatie)

bij jezelf zorgen voor een orgasme

seksualiteit

gedachten, gevoelens en handelingen die te maken hebben met lust en opwinding

lustbeleving

seksueel opgewonden raken door bijvoorbeeld aanraken, strelen, zoenen of vrijen

intimiteit

gevoel van verbondenheid in een liefdesrelatie

voortplanting

het krijgen van een kind

voorbodemiddel

middel dat zwangerschap voorkomt

pornografie (porno)

foto's, films of teksten met het doel om seksueel te prikkelen

heteroseksueel

je seksueel aangetrokken voelen tot personen van het andere geslacht

homoseksueel

je seksueel aangetrokken voelen tot personen van hetzelfde geslacht

lesbisch

als vrouw je seksueel aangetrokken voelen tot vrouwen

biseksueel

je seksueel aangetrokken voelen tot zowel mannen als vrouwen

aseksueel

je niet seksueel aangetrokken voelen tot anderen

panseksueel

je seksueel aangetrokken voelen tot mensen (man, vrouw, intersekse)

geslacht

man, vrouw of intersekse

gender

eigenschappen en gedragingen die mensen mannelijk of vrouwelijk vinden

transgender

gender waarbij de genderidentiteit niet of niet helemaal overeenkomt met het geslacht

genderdysforie

zich ongemakkelijk voelen met het eigen geslacht

transseksueel

als man in het lichaam van een vrouw zitten, of andersom

wensen (in een seksuele relatie)

dingen in een seksuele relatie waarvan je hoopt dat ze gebeuren

grenzen (in een seksuele relatie)

dingen in een seksuele relatie die je niet wilt of niet fijn vindt

seksueel grensoverschrijdend gedrag

ongewenste seksuele opmerking of handeling

ongewenste intimiteit

aanraking die ongewenst is

seksueel geweld

dwang tot seksueel contact

aanranding

met geweld of onder bedreiging seksuele handelingen verrichten

verkrachting

ongewenste geslachtsgemeenschap

incest

aanranding of verkrachting door een familielid

loverboy

jongens die een meisje de prostitutie in wilt lokken

Basisstof 5 Veilig vrijen**geboorteregeling**

een vrouw bepaalt, meestal samen met een man, of zij een kind wil of niet

anticonceptiemiddel

middel dat zwangerschap voorkomt

periodieke onthouding

anticonceptiemethode waarbij een man en een vrouw geen geslachtsgemeenschap in de vruchtbare periode hebben

coïtus interruptus (onderbroken geslachtsgemeenschap)

anticonceptiemethode waarbij de man zijn penis uit de vagina terugtrekt als hij zijn zaadlozing voelt aankomen

condoom

hoesje van dun rubber dat om de penis in erectie wordt geschoven

anticonceptiepil (pil)

pil met hormonen die voorkomen dat een vrouw zwanger wordt

morning-afterpil

pil met grote hoeveelheden hormonen die binnen drie dagen na de geslachtsgemeenschap wordt geslikt om zwangerschap te voorkomen

overtijd

niet ongesteld worden na de eerste dag waarop de menstruatie had moeten plaatsvinden

abortus

ingreep om een zwangerschap af te breken

seksueel overdraagbare aandoening (soa; geslachtsziekte)

ziekten die je alleen kunt krijgen via intiem lichamelijk contact met een besmet persoon

soa-test

test om te weten of je besmet bent met een seksueel overdraagbare aandoening

chlamydia

soa die ontstekingen kan veroorzaken aan bijvoorbeeld de anus, de baarmoedermond en de urinebuis

hiv

virus dat aids veroorzaakt

seropositief

besmet zijn met hiv

hiv-remmers

medicijnen die de vermenigvuldiging van het hiv-virus in het lichaam remmen

aids

soa die het afweersysteem aantast

Basisstof 6 Zwangerschap**bevruchting**

versmelten van de kern van een zaadcel met de kern van een eikel

innesteling

het zich vastzetten van een klompje cellen in het baarmoederslijmvlies

embryo

kindje in de eerste weken van ontwikkeling in de baarmoeder

foetus

kindje in de baarmoeder vanaf de achtste week na de bevruchting tot aan de geboorte

placenta (moederkoek)

deel van de baarmoederwand waar bloed in bloedvaten van het embryo vlak langs het bloed van de moeder stroomt

navelstreng

streng die een embryo met de placenta verbindt

vruchtvlies

vlies om een foetus

vruchtwater

vloeistof die een embryo beschermt tegen stoten, uitdroging en wisseling van temperatuur

echo

beeld van een foetus in de baarmoeder dat met geluidsgolven wordt gemaakt

prenataal onderzoek

onderzoek tijdens de zwangerschap om te bepalen of de moeder een grotere kans heeft op een kind met een aangeboren afwijking of erfelijke ziekte

combinatietest

prenatale test waarmee wordt vastgesteld of er een kans is op een kindje met downsyndroom

NIPT

niet-invasieve prenatale test waarbij het DNA van de placenta wordt onderzocht

20-wekenecho

echo waarbij een foetus wordt onderzocht op verschillende aangeboren afwijkingen aan het hart, de hersenen, de organen en de ledematen

pretecho

echo waarbij de ouders de foetus alvast kunnen zien

Extra stof 7 Meer voorbehoedsmiddelen**NuvaRing**

kunststof ring met hormonen die voorkomen dat een vrouw zwanger wordt

prikpil

injectie met een hormoon dat de ovulatie remt

anticonceptiepleister

pleister met hormonen die voorkomen dat een vrouw zwanger wordt

anticonceptiestaaftje

staaftje met hormonen die voorkomen dat een vrouw zwanger wordt, dat wordt ingebracht onder de huid

vrouwencondoom

condoom dat in de vagina wordt ingebracht

spiraaltje

voorbehoedsmiddel dat in de baarmoeder wordt ingebracht

hormoonspiraaltje

spiraaltje dat door de werking van hormonen bevruchting en innesteling tegengaat

koperspiraaltje

spiraaltje dat zaadcellen aantast en innesteling bemoeilijkt

sterilisatie

ingreep waarbij een persoon onvruchtbaar wordt gemaakt door middel van een kleine operatie

Extra stof 8 De geboorte**bevalling**

geboorte van een baby

wee

krachtige samentrekking van spieren in de baarmoederwand

ontsluiting

het wijder worden van een baarmoederhals en baarmoedermond

uitdrijving

het naar buiten persen van een kind door krachtige persweeën

perswee

krachtige samentrekking van spieren in de baarmoederwand en buikwand

stuitligging

ligging in de buik waarbij het kontje of een voetje van het kind als eerste naar buiten komt

dwarsligging

ligging in de buik waardoor het kind niet via de vagina geboren kan worden

keizersnede

operatie waarbij een kind via de buikwand ter wereld komt

navel

litteken op de buik waar de navelstreng aan vast zat

nageboorte

uitdrijving van de placenta, resten van de navelstreng en vruchtvliezen