

Poezen Praat.



Loes
Hegeman

Splint
media

Tess
Wemeijer

Inhoud

Voorwoord

8

Hoofdstuk 1: **Op en Top Student.**

14

Neem een kijkje achter de gesloten deuren van het studentenleven en verbaas je over de gekke gewoontes die zij er op nahouden.

- Ontgroening
- Studentenuissituaties
- Man Cave

Hoofdstuk 2: **Alles kits achter de rits?**

28

De halve stad tegenkomen tijdens het soa-spreekuur?
Voorkomen is beter dan genezen!

- Soadoku
- Alle soa's op rij

Hoofdstuk 3: **Netflix en niet-zo-chill.**

52

Wat nou als de 'netflix en chill'-dates eigenlijk helemaal niet zo chill zijn? You're not alone.

- Kutproblemen
- Altijd opgewonden
- Lenteschoonmaak
- Fluor vaginalis
- Jeuk is absoluut niet leuk

Hoofdstuk 4: **Poezen Problematiek.**

74

In gesprek over poezen problematiek, wat kan er allemaal mis gaan?

- Gangenstelsel
- Lichen Sclerosus
- Kwaadaardige narigheid
- Aangeboren afwijkingen

Hoofdstuk 5: **Ongevraagd Ongesteld.**

88

Geen enkel feestje is zo ongewenst als het maandelijkse feestje. Altijd al willen weten hoe een ongesteldheid werkt en wat er mis kan gaan? Neem een kijkje achter de schermen.

- Achter de schermen

- Cyclus op een rijtje
- Beslagen ten strijd
- Menstruele Mankementen

Hoofdstuk 6: **Kids? Nu nog even niet.**

108

Met de juiste anticonceptie verzekert je jezelf van borrels, ontgroeningsfeestjes, kroegentochten en meters bier.

- Anticonceptie: alle opties op een rij
- Snel beslisdigram
- Eerste hulp bij vergeten pil
- De alternatieven

Hoofdstuk 7: **Ongewenst zwanger.**

138

Treden er na een wilde nacht ontwikkelingen op in je buik waar je helemaal niet blij mee bent? Dit zijn jouw opties.

Tenslotte ben jij baas in eigen buik!

- Nood-anticonceptie
- Overtijdbehandeling
- Abortus Provocatus

Hoofdstuk 8: **Buren van je poes.**

148

Geen blijde poes zonder haar buren 'anus' en 'plasbuis'.

Dit stel naaste buren kan echter ook een flinke pain in the ass zijn.

- Urinewegen
- 'Shit Happens'

Hoofdstuk 9: **Een 10 voor jouw seksleven.**

162

Nooit werd je zo dronken bij het spelen van 'never have I ever' dan na het toepassen van de tips in dit hoofdstuk.

Dirty talk gegarandeerd.

- We have a problem
- Voor gevorderden
- Hulpmiddelen
- Tips van kenners
- Begin van het einde?

Hoofdstuk 10: **Poezen Taboes.**

182

Schaamteloos informatie verkrijgen over de intiemste onderwerpen.

- Ik zie, ik zie wat jij niet ziet en het is...
- Punani pimping
- Alle kleuren van de regenboog

- Seks, maar dan anders
- Een vervelende seksuele ervaring

Hoofdstuk 11: True Stories. **202**

Als student (geneeskunde) schieten je wenkbrauwen regelmatig omhoog van bijzondere verhalen of situaties. Dit hoofdstuk is bedoeld om jouw gekste situatie wat minder gek te laten lijken.

Hoofdstuk 12: Is er een dokter in de zaal? **212**

Wanneer kun je beter even aan de bel trekken?

Hoofdstuk 13: Een afspraak bij de Gynaecoloog! **216**

Zweethanden, stotterbuien en je hoeft je niet te schamen: een kleine samenvatting van een gynaecologie-afspraak. Lees dit stappenplan en gaan!

- Stappenplan
- Dokter, wat doet u nu?

Hoofdstuk 14: Nog meer weten? **226**

Nog niet uitgelezen en wil je graag wat meer de diepte in? Dan zit je hier goed!

- Geslachtscellenparty
- Awkward puberfase
- Kan het ook anders?
- My milkshake brings all the boys to the yard...
- Ver-van-je-bed-show: kinderen
- The grand finale: overgang

Poezen Na-praat. **245**

Duizendmaal dank. **246**

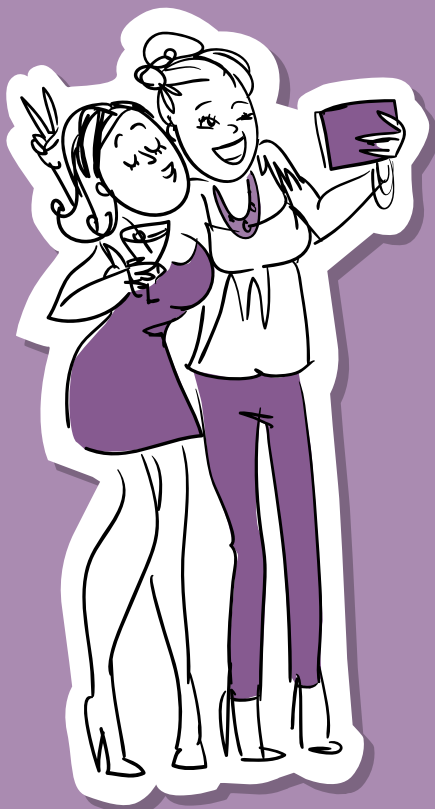
Gynaecologisch zakwoordenboek. **248**

Geraadpleegde bronnen. **252**

Boeken, websites, artikelen of instanties met extra informatie over alle besproken onderwerpen.



| Voorwoord.



Lieve Poezen praters,

**Wij zijn Loes en Tess, huisgenoten
en studie-buddy's geneeskunde.
Maar bovenal dikke vriendinnen
met een gezamenlijke voorkeur
voor 'Dirty-talk'.**

Zes jaar lang beleefden wij een bruisend studentenleven: wilde avonden dansen in de kroeg en bij zonsopkomst een poging doen ons (bij voorkeur eigen) bed terug te vinden.

Maar er werd niet alleen gefeest: wekenlang blokken in de Universiteitsbibliotheek voor tentamens, bijzondere stages en tussen alle activiteiten door alles leren over de geneeskunst. Het aantal keren dat wij in deze jaren te maken kregen met:

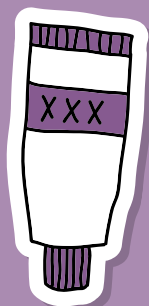
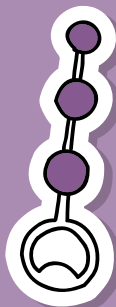
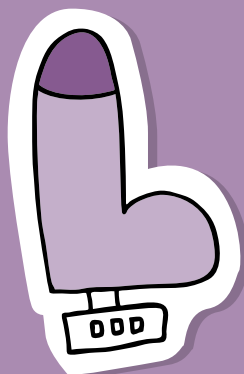
- Wanhopige huisgenoten, vanwege een vergeten pil.
- Vriendinnen die in paniek bellen over het mogelijk hebben van een soa.
- Eerlijke verhalen die boven komen drijven bij het doen van een drankspelletje.
- Het zien van nog zo veel taboes onder (jonge) vrouwen wanneer het over hun vrouwelijk schoon gaat.



valt niet meer op twintig handen te tellen. De combi van de studie geneeskunde en student zijn brengt ons op bijzondere plekken. Medestudenten vertrouwen jou hun (letterlijk) diepste geheimen toe en in het ziekenhuis sta jij front row bij taferelen die niet voor ieders maag bestemd zijn. Vrouwen zijn gecompliceerde wezens, dat is algemeen bekend. Heel wat minder bekend is de wonderlijke wereld van onze 'down under'. En als wij er al wat over weten, dan is het vaak een taboe om hierover te praten. En dat is heel zonde! Voor ons, Tess die geboren is met een zeer scherpe tong en Loes die gynaecologie het leukste ter wereld vindt, is **NIKS** meer taboe. Aan de krakkemikkige keukentafel in

Hoofdstuk 9

Een 10 voor jouw seksleven.



KUTZOOI?!

Nog een reden waarom je altijd het juiste maatje condoom moet kiezen? Een man kan er letterlijk blauwe ballen van krijgen als het ding te strak zit. Door de grote bloedtoevoer naar de penis in combinatie met een te strakke condoom, kunnen de ballen een beetje 'afgekneld' raken. Uiteindelijk zal het bloed in de ballen vanzelf weer terugstromen en neemt de blauwheid af. Even passen en meten dus, en zorgen dat je de juiste maat van het rubbertje hebt.

- **Hij komt wel heel snel klaar.** De hele avond al draaien jullie om elkaar heen en bouwt de spanning op. Als dan eindelijk het moment daar is dat jullie met z'n tweeën zijn kun jij bijna niet wachten. Maar als het moment suprême dan eindelijk daar is, is het 3x in-uit en hij is al klaar! Het kan zijn dat dit hem vaker overkomt, daar is zelfs een medische term voor: Ejaculatio Praecox. Hier is sprake van wanneer hij binnen 1 minuut klaarkomt en er geen controle over heeft. Hiervoor geldt vooral: praat erover. Vindt hij het goed zo of baalt hij zelf ook? Vindt hij het moeilijk om 'uit te stellen'? Stel opties voor: probeer de volgende keer rustiger te beginnen om het langer vol te houden, ga voor een ronde twee of laat hem nog wat langer doorgaan met jou te verwennen in het voorspel. Probeer samen tot een gesprek te komen en de langetermijnresultaten zullen vanzelf lonen. Mochten de gesprekken niet voldoende naar het gewenste effect leiden, dan is er altijd nog de optie van een doktersbezoek. Er bestaat namelijk een verdovende zalf voor de man, die hij op zijn geslachtsdeel kan smeren om de zaadlozing wat uit te stellen. Door een verminderd gevoel in de penis kan het klaarkomen langer worden uitgesteld.
- **Hij valt na afloop meteen in slaap en laat jou links liggen.** Komt helaas nog wel eens voor. Voor dit probleem geldt, in tegenstelling tot de vorige twee, juist: laat hem merken dat jij er niet cool mee

De grabbelton Vele consulten bij de gynaecoloog gaan over onfrisse luchtjes tussen de benen. Soms is het iets eenvoudigs als een schimmeltje of bacteriële infectie. Maar wanneer medicatie niet aanslaat, zal een kijkje down under toch echt noodzakelijk zijn. Dat is ook het geval bij mevrouw X. Tijdens het onderzoek komt er ineens een zegelring tevoorschijn, die inderdaad al enkele weken zoek is.

De ring kan zo toegevoegd worden aan de reeks met andere grabbelvoorwerpen die gevonden zijn in andere vrouwen: tiktakdoosje met extra frisse smaak, deodorantdopjes, menstruatiesponsjes, smokkelwaar en achtergebleven condooms. Maar ook achtergebleven tampons kunnen een zeer onaangename lucht verspreiden en kunnen daarnaast gevaarlijk zijn wanneer jij ze te lang draagt. Zij kunnen dan eventueel het Toxischeshocksyndroom veroorzaken. Je zal niet de eerste zijn waarbij er na weken een deel van een tampon uit de vagina wordt gevist. Kijk dus altijd even goed of je bevlekte rakker compleet is voordat jij hem in de prullenbak gooit!

Het pijnlijke verlangen Op het spreekuur van de arts-assistent gynaecologie staat een stel ingepland. De man en de vrouw zijn allebei midden dertig en willen graag kinderen, maar na 3 jaar proberen is het hen nog steeds niet gegund. De arts vraagt het hele rataplan uit over het seksleven van het stel en de menstruatiecyclus van de vrouw, omdat dit relevant kan zijn. Hierin zijn geen bijzonderheden te ontdekken, tot slot volgt het lichamelijk onderzoek van de vrouw. Hier ziet de arts dat de vrouw een vagina opening heeft van nog geen 1cm doorsnede. Zij heeft dus een gedeeltelijke Hymen Imperforatus. Het stel heeft al die jaren seks gehad via de achterdeur en daardoor heeft het sperma geen kans gehad om een eitje te bevruchten. **Dat verklaart een heleboel!**



Altijd al alle ins en outs over het wonderlijke vrouwenlichaam willen weten? Stiekem last van brandende vragen over seks, soa's, onenightstands, wilde nachten en probleemvagina's? Poezenpraat is een musthave voor iedereen die zijn of haar kennis wil vergroten over allerlei pikante taboeonderwerpen.

Dit boek, geschreven door twee jonge dokters die geen blad voor de mond nemen, staat vol met lachwekkende feitjes, bijzondere (ervarings) verhalen en interessante informatie.

Vergeet bibberende knietjes bij de gynaecoloog en laat alle schaamte varen! Dit boek neemt jou mee op ontdekkingsreis langs routes waar rode oortjes en wilde fantasieën vaste haltes zijn.

Ons doel? Het boek na afloop dichtslaan en denken:

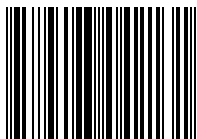


Zie je wel, ik ben niet de enige!



'I am a woman, what's your superpower?'

ISBN 978-94-93042-13-1



9 789493 042131 >

Tess Wemeijer (1993) werkt als arts op de afdeling chirurgie en Loes Hegeman (1994) werkt als arts op de spoedeisende hulp. Zes jaar lang beleefden de vriendinnen een bruisend studentenleven in Groningen tijdens hun studie Geneeskunde. Wilde avonden dansen in de kroeg, wekenlang blokken voor tentamens en bijzondere stages volgden. Ze verzamelden pikante verhalen, true stories, bijzondere vragen en eigen ervaringen in dit boek Poezenpraat.

www.splintmedia.nl