

CHECK DEINEN KÖRPER

GOOD TO KNOW:

Du darfst deinen Körper anschauen, kennenlernen und anfassen. Andere Menschen dürfen dich nur nackt sehen und anfassen, wenn das für dich okay ist.

✓ GESICHT

Augen: Entzündung? Gelbstich?
Nase: Trockenheit? Bluten?
Mund & Lippen: Bläschen? Wunden?
Hals: Schmerzen? Beschwerden?

✓ HAUT

Farbe? Durchblutung?
Ausschlag? Knoten /
Verhärtungen? Bläschen?
Juckreiz? Warzen?

✓ PENIS

Farbe? Geruch? Ausschlag?
Rötung? Ausfluss? Brennen?
Knoten / Verhärtungen?
Bläschen? Juckreiz? Trockenheit?
Belag? Lässt sich die Vorhaut
zurückziehen?

Was macht Lust? Wird nicht oder
unkontrolliert steif? Kommt zu
schnell oder gar nicht?

Merke: Alle Penisse sind
unterschiedlich.
Funktionsstörungen sind
behandelbar.

✓ HODEN

Symmetrie? Beweglichkeit?
Schmerz / Empfindlichkeit?
Knoten? Rötung?



✓ ALLGEMEIN

- Müdigkeit? Häufige Infekte? Temperatur? Nachtschweiß? Erbrechen?
- Urin: Brennen? Blutig? Ungewollter Verlust?
- Stuhlgang: Häufigkeit? Durchfall? Blutig?

✓ BRÜSTE

Einziehungen?
Rötungen? Knoten /
Verhärtungen?
Ausfluss?

Merke: Alle Brüste und
Brustwarzen sind
unterschiedlich.

✓ VULVA / VAGINA

Farbe? Geruch?
Ausschlag?
Rötung? Ausfluss?
Brennen? Belag?
Knoten / Verhärtungen?
Bläschen? Juckreiz?

Was macht Lust? Kommt
nicht? Fühlt sich zu eng an?
Schmerzen? Trockenheit?

Zyklus: Regelmäßig? Dauer?
Blutmenge? Starke Krämpfe?

Merke: Alle Vulven sind unterschiedlich.
Funktionsstörungen sind behandelbar.
Das Jungfernhäutchen gibt es nicht!

