

De vaginabijbel

*Alles over de
vulva en de vagina,
en het verschil tussen
mythe en medische
realiteit*

Dr. Jen Gunter



samsara

N.B. Dit boek is niet bedoeld als vervanging voor onderzoek door en advies van de juiste medische professional(s). Waar informatie of adviezen in de oorspronkelijke tekst sterk afwijken van de Nederlandse context, wordt met een noot aanvullende informatie gegeven die de Nederlandse lezer op weg kan helpen. Met dank aan meelezer Laurens van Boven, gynaecoloog. Aan deze aanvullende informatie kunnen geen rechten worden ontleend.

Copyright © 2019 Jennifer Gunter

Copyright © 2021 Nederlandse uitgave, uitgeverij Samsara, Amsterdam

Oorspronkelijke titel: *The Vagina Bible, The Vulva and the Vagina*

– *Separating the Myth from the Medicine*, verschenen bij Citadel Press

Vertaald uit het Engels door: Minou op den Velde

Inhoudelijk eindredacteur: Annemieke Verbeek

Vormgeving: Erik Thé, erikthedesign.com

ISBN 978 94 92995 88 9

NUR 865

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd zonder uitdrukkelijke en schriftelijke toestemming van uitgeverij Samsara, Amsterdam.

www.samsarabooks.com

*Voor elke vrouw die ooit te horen heeft gekregen
– meestal uit de mond van een of andere vent –
dat ze te nat, te droog, te vunzig, te wijd, te strak,
te bloederig of te stinkerig is.
Dit boek is voor jou.*



Inhoud

Voorwoord door Daan Borrel	10
Inleiding	13
AAN DE SLAG	15
1. De vulva	17
2. De vagina	27
3. Vagina's en vulva's tijdens een transitie	36
4. Vrouwelijk genot en seksuele voorlichting	44
5. Zwangerschap en bevalling	56
DAGELIJKSE PRAKTIJK EN DAGELIJKS ONDERHOUD VAN DE V	71
6. Medisch onderhoud	73
7. Voedsel en vaginale gezondheid	82
8. De feiten over ondergoed	90
9. Alles over glijmiddel	95
10. Kegeloefeningen	101
HUIDVERZORGING EN REINIGING	111
11. De vulva reinigen: zeep, cleansers en vochtige doekjes	113
12. De vagina reinigen: douches, stoombaden, sprays en potpourri	121
13. Ontharing en uiterlijke verzorging	128
14. Moisturizers, huidbeschermers en badproducten	141
MENSTRUATIEPRODUCTEN EN MYTHOLOGIE	151
15. De waarheid over het toxischeshocksyndroom	153
16. Zitten er toxinen in tampons en maandverband?	162
17. Menstruele hygiëne	166

MENOPAUZE	181
18. Menopauze	183
19. GSM behandelen	193
MEDICIJNEN EN INGREPEN	205
20. Cannabis	207
21. Anticonceptie	214
22. Antibiotica en probiotica	220
23. Cosmetische ingrepen, injecties en ‘verjonging’	229
SEKSUEEL OVERDRAAGBARE AANDOENINGEN (SOA’S)	239
24. Algemene informatie over soa’s	241
25. Soapreventie	250
26. Het humaan papillomavirus (HPV)	261
27. Herpes (HSV)	272
28. Gonorrhoe en chlamydia	280
29. Trichomonas	286
30. Schaamluis	293
AANDOENINGEN	299
31. Schimmel	301
32. Bacteriële vaginose	312
33. Vulvodynie	321
34. Spastische bekkenbodempijn en vaginisme	330
35. Huidaandoeningen	338
36. Urineweginfecties en blaaspijn syndroom	347
37. Verzakking van de bekkenbodempijngang	355
SYMPTOMEN	361
38. Communiceren met je zorgverlener	363
39. Ik heb pijn bij seks	371
40. Ik heb vaginitis	378
41. Ik heb jeuk aan mijn vulva	385
42. Ik heb pijn aan mijn vulva	389
43. Ik heb een geur	393
44. Ik bloed na seks	399

ALLES OP EEN RIJ	407
45. Afkickkuur voor je medicijnkastje	409
46. Internethygiëne en apps	414
47. Fabeltjeskrant	420
Referenties	431
Dankwoord	445
Index	447



Voorwoord

Door Daan Borrel

Met de vulva is iets raars aan de hand. Hoewel ze vrij onzichtbaar is in het dagelijkse leven, doen vele mythes over haar de ronde. Hoe je haar schoon houdt. Hoe je haar temt. Of misschien is dat eigenlijk helemaal niet zo raar, van die mythes, klopt het zelfs: hoe minder we iets zien, hoe minder we erover weten, en hoe liever we er van alles over verzinnen – om er toch een beetje controle over te houden. Over die vulva.

Maar goed: bij ons thuis ging het vroeger ook niet om de haverklap over de penis – even onzichtbaar in het dagelijkse leven – maar over dat ding bestaan lang niet zoveel (vervelende) mythes. Dat ze ‘natuurlijk’ en ‘fris’ moeten zijn, nooit mogen stinken. Heb je ooit gehoord dat een man een bepaald soort onderbroek zou moeten dragen, geparfumeerd zelfs? Er zijn geen ongeschreven regels dat mannen van alles en nog wat zouden moeten smeren daaronder, of zelfs eten om de boel zo ‘natuurlijk en appetijtelijk’ mogelijk te houden. Als mannen ál iets zouden eten om hun geslachtsdeel, nou ja het sperma dan, lekkerder te laten smaken, dan is dat alleen om geiler te zijn. Niet om ‘een goede, echte, schone man’ te zijn. Het handboek hoe een ‘juist’ geslachtsdeel te krijgen, is toch vooral voor de vrouw bedoeld.

Gelukkig maakt Jen Gunter nu gehakt van al die mythes over de vulva. In dit boek ga je alles lezen wat je altijd al had willen weten over de vulva – en ja, ook dingen die je misschien liever nooit had willen weten. Persoonlijk heb ik sommige delen vooralsnog opportunistisch overgeslagen (de menopauze, de hoofdstukken over alle verschillende soorten soa’s), met als excuus dat ik ook niet over alle mogelijke ziektes van mijn anus of knieën hoef te lezen, dat doe ik wel als ik er ooit een krijg. Het gaat er natuurlijk ook niet om of je alles wel of niet zou willen lezen: het gaat erom dat er nu

een vaginabijbel is. Dat je 'm open kán slaan als je ergens mee zit, en dat Gunter een eerlijk, wetenschappelijk en betrouwbaar antwoord geeft op al je vragen. Ik weet niet hoe het met jou zit: maar ik heb persoonlijk al tientallen keren bij mijn huisarts gezeten, omdat er weer iets was met hevige krampen in mijn onderbuik, vreemde gevoelens als gevolg van de anti-conceptiepil, pijn in mijn vagina, te veel of te weinig menstruatiebloed – en ik moet eerlijk bekennen dat ik me al die keren maar weinig serieus genomen voelde. ‘Vrouwenkwaaltjes’, zo is het idee: die horen er nou eenmaal bij. Bij dat vrouw-zijn. Ik vraag me af of een man door de huisarts weer naar huis wordt gestuurd als hij hevige pijn aan zijn penis heeft. Ik vraag me sowieso af hoeveel mannen in hun leven hun huisarts hebben bezocht voor vragen rondom hun ‘onderwereld’. Zou dat iets te maken hebben met de stilzwijgendheid rondom ‘vrouwelijke’ kwalen? En de onzekerheid als gevolg daarvan? Of zijn er over het algemeen minder vaak problemen met die uitwendige dingen?

Misschien een onderwerp voor een later boek.

Ik kan hier nu natuurlijk opsommen en samenvatten wat Jen Gunter in de komende 434 bladzijdes allemaal over de vulva vertelt, maar dat lijkt me onnozel en onnodig, want Jen kan dat toch veel beter dan ik. Ik kan je in ieder geval wel vertellen dat zelfs ik, die toch al wat jaren met haar neus in de ‘vulva-en-co-boeken’ zit, nog een boel geleerd heb. Bijvoorbeeld dat een jade ei – je weet wel zo’n kristallen ei waardoor je volgens oosterse traditie een sterke vagina zou krijgen, of in verbinding zou komen te staan met je vrouwelijke energie – onzin is. Dat een degelijke katoenen onderbroek geen blaasontstekingen voorkomt (zei mijn oma altijd, maar volgens mij waren mijn puberstrings gewoon te sexy voor haar doen, en te klein om fatsoenlijk te kunnen strijken). Ik weet nu dat ik nooit douches voor mijn vagina moet kopen of gebruiken, dat de huid van je vulva blauw kan worden tijdens je zwangerschap, ik mijn vulvahaar beter kan trimmen dan scheren, dat tampons niet per se slechter zijn dan cups – zelfs het meest organische en biologische soort niet, maar als ik dan toch voor cups ga ik er wel minimaal twee moet aanschaffen.

Nu ben ik toch Gunter haar tekst aan het reproduceren, stop! Liever schrijf ik over de leuke verhalen die wij vrouwen onderling met elkaar delen (of schaffen mannen dit boek ook aan?). Misschien wel een van mijn favoriete bezigheden: lullen over de vulva (mag dubbel geïnterpreteerd worden).

Immers: hoe meer wij erover praten onderling, hoe minder taboe het wordt. Hoe minder taboe, hoe meer kennis. En hoe meer kennis, hoe meer macht. Op mijn dertiende ontmoette ik Roos, en Roos was mijn eerste: de vriendin met wie ik regelmatig kutgrappen maakte. Stonden we op de camping, en dan gingen we douchen, allebei een eigen hokje naast elkaar, en dan zei Roos halverwege de douchepartij: 'kijk eens onder je hokje'. En daar zat ze dan, met haar benen onbeschaamd wijd gespreid. Ik keek recht in haar poeanie.

Na onderzoek in de supermarkt, bleek dat rosbeef van alle producten het meest op de schaamlippen lijkt, van die plakjes op de chiquere vleesafdeling. De vréselijke jeuk van een vaginaschimmel beschreef Roos als: 'dat gevoel dat je het liefst met een staalborstel op je zadel naar Zuid-Limburg wilt fietsen'. Om een verhaal van mijn tante lagen we keer op keer uren in een deuk. ('Een vrouw op haar werk had op een dag last van een nogal penetrante geur uit haar vagina, je kent het wel: dat je je benen halverwege de middag openslaat en denkt: goh, die laat ik de rest van de dag maar beter tegen elkaar aan geplakt, nou goed, die vrouw en mijn tante gaan lunchen buiten de deur, en als ze terugkomen vraagt een mannelijke collega: lekker visje gegeten?')

Ik gun alle vrouwen op de wereld een vriendin met wie je kutgrappen kunt maken. Met wie je serieuze gesprekken kan voeren over je vulva. Met wie je op een dronken avond uit bij thuiskomst elkaars ve-gee-gee kunt inspecteren. Met wie je om je vulva kunt huilen. Omdat het soms voelt alsof het niet 'goed' zit daarbeneden. Omdat je je soms schaamt. Omdat je soms zo blij bent met dat lichaamsdeel.

Maar ik gun iedere vrouw op de wereld ook een vulvabijbel. Misschien om in één ruk uit te lezen, maar vooral om naast je bed op het nachtkastje te hebben liggen. Dat je, zodra er iets aan de hand is, je die dikke vulva-van-dale erbij pakt voor antwoorden. Want zoals wij vrouwen weten: die antwoorden krijg je niet zomaar bij de dokter. Dit boek maakt je sterker als je daar met je 'vrouwenkwaaltjes' heen gaat. Ja, als ik de baas zou zijn, zou ieder meisje op haar twaalfde verjaardag deze bijbel door de brievenbus krijgen.



Inleiding

IK HEB EEN VAGENDA: dat *elke vrouw* vanaf nu *accurate informatie* heeft over de vagina en de vulva.

Informed consent is een van de grondbeginselen van de geneeskunst. Wij artsen geven informatie over risico's en voordelen en vervolgens maken onze patiënten, gewapend met die informatie, keuzes die passen bij hun lichaam. Dit werkt alleen als de informatie juist en objectief is. Het kan lastig zijn om dit soort data te vinden, aangezien we het informatietijdperk pijlsnel hebben doorlopen en nu vast lijken te zitten in het misinformatie-tijdperk.

Slangenolie en de verlokking van een snelle oplossing kennen we al langer, en dus zijn onjuiste verzonnen medische claims ook niks nieuws. Maar het wordt steeds moeilijker om de mythe te onderscheiden van de medische realiteit.

Naast sociale-mediafeeds die voortdurend medische boodschappen van dubieuze aard rondpompen, eist de door spectaculaire koppen gedreven nieuwscyclus voortdurend nieuwe content – zelfs als die er helemaal niet is. Rond vrouwenlichamen spelen zelfs nog meer misleidende krachten een rol. Pseudowetenschap en de mensen die dat uitventen, hebben belang bij misinformatie, net als het patriarchaat.

Obsessies over de puurheid van het voortplantingsorgaan en het reinigen daarvan stammen uit een tijd waarin de waarde van een vrouw werd afgemeten aan haar maagdelijkheid en aan het aantal kinderen dat zij zou kunnen voortbrengen. Een vagina en baarmoeder waren handelswaar. Het inspelen op deze angsten roept bepaalde instincten op. Geen wonder dat woorden als 'puur', 'natuurlijk' en 'schoon' zo vaak worden gebruikt om producten te slijten aan vrouwen.

Mediamakers en influencers maken misbruik van deze angsten met artikelen over en producten ten behoeve van het voorkomen van vaginaal ongemak, alsof de vagina (die zich al zo had ontwikkeld dat ze kon oprekken en inscheuren om een baby ter wereld te brengen lang voordat hechtingsmateriaal werd uitgevonden) op een of andere manier zo kwetsbaar is dat ze zich constant in een haast catastrofale toestand bevindt.

Waarom *De vaginabijbel* in plaats van *De vagina- en vulvabijbel*? Omdat dat de manier is waarop we met zijn allen praten over het voortplantingsorgaan (de vagina en vulva). Medisch gezien is de vagina alleen de binnenkant, maar taal ontwikkelt zich en woorden krijgen nieuwe betekenis. ‘Catfish’ en ‘text’ hebben bijvoorbeeld allebei extra betekenissen gekregen die ik me toen ik opgroeide nooit had kunnen voorstellen. ‘Gut’ is een woord dat in het oud-Engels werd gebruikt voor het darmstelsel en doorgaans verwees naar de buik (vanaf de maag verder naar beneden) maar niet altijd. Het is juist een vrij onnauwkeurige term; en toch is hij omarmd door de medische gemeenschap en vormt zelfs de titel van een vooraanstaand wetenschapstijdschrift dat is gewijd aan het onderzoek naar het maag-darmkanaal (ofwel het spijsverteringskanaal), de lever, galblaas en alvleesklier.

Ik zit al 33 jaar in de medische wereld, waaronder 24 jaar als gynaecoloog. Ik heb naar een heleboel vrouwen geluisterd, en ik ken de vragen die ze stellen, plus de vragen die ze willen stellen zonder dat ze precies weten hoe.

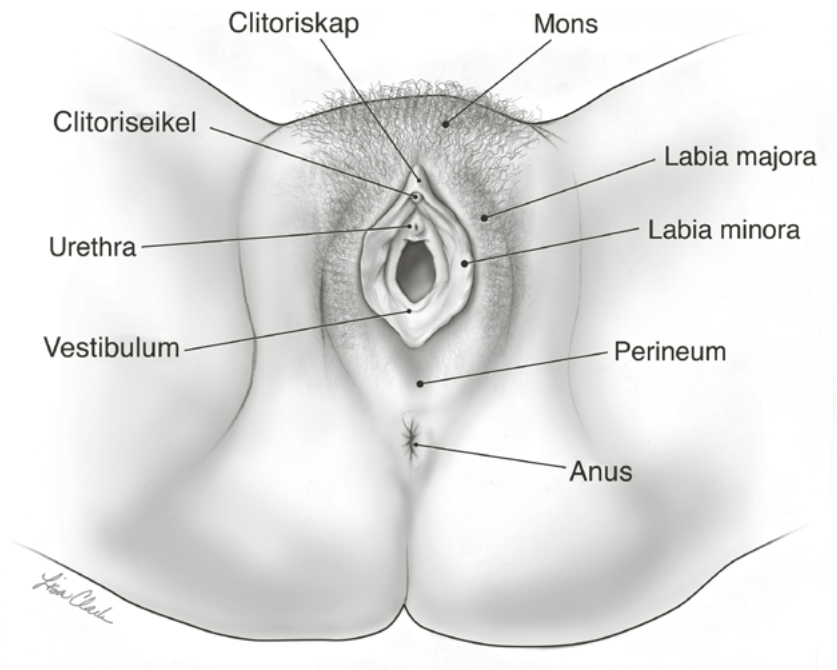
De vaginabijbel bevat alles wat ik wil dat vrouwen weten over hun vulva’s en vagina’s. Het is mijn antwoord aan iedere vrouw die heeft gehoord hoe ik in mijn spreekkamer of online informatie overbracht om zich vervolgens af te vragen: ‘Waarom wist ik dit niet?’

Je kunt dit boek van voor naar achter lezen of er specifieke hoofdstukken of passages uitpikken die je aanspreken. Dat is allemaal prima! Ik hoop dat veel bladzijden komende jaren slijtage gaan vertonen doordat je ze er nog eens bij hebt gepakt om te verifiëren wat een arts je in de spreekkamer heeft verteld, om een product te onderzoeken dat wilde beweringen doet over het verbeteren van vagina’s en vulva’s, of gewoon om een vriend of seksuele partner te helpen met een anatomieles.

Het verkeerd voorlichten van vrouwen over hun lichaam doet niemand goed. En daar ga ik een eind aan maken.



AAN DE SLAG



Afbeelding 1: de vulva. Illustratie door Lisa A. Clark, MA, CMI.

HOOFDSTUK 1

De vulva

GEEN ENKELE VROUW HEEFT ER OOIT IETS AAN GEHAD om minder over haar lichaam te leren.

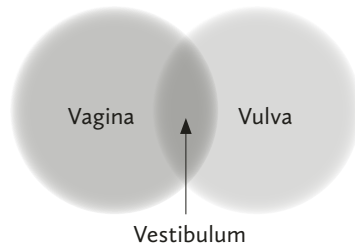
De vulva is de ultieme multitasker – het is het belangrijkste orgaan voor seksueel plezier, het beschermt de weefsels bij de vaginaopening, het is ervoor gemaakt om om te gaan met de irritatie van urine en feces, en het kan een baby ter wereld brengen en daarvan herstellen alsof er niets is gebeurd. En dit vervolgens allemaal nog eens doen.

Oh, en bovendien – het kan meerdere orgasmes krijgen.

De penis en het scrotum kunnen alleen maar dromen van wat de vulva allemaal presteert.

Het enige probleem? De vulva wordt vaak veronachtzaamd. Een groot deel van deze vulva-veronachtzaming is het resultaat van het gebrek aan betrokkenheid bij en angst voor vrouwelijk seksueel plezier door de patriarchale maatschappij. Als we de vulva buiten gesprekken over vrouwenlichamen en seksualiteit houden, vlakken we het orgaan uit dat verantwoordelijk is voor het vrouwelijk orgasme. Zo maken we het ook moeilijker voor vrouwen om met hun zorgverleners te communiceren.

Het belangrijkste onderdeel van de basale anatomie van het voortplantingsorgaan: de vulva is de buitenkant (waar je kleding je huid raakt) en de vagina is de binnenkant. De overgangszone tussen de vulva en de vagina wordt het vestibulum of het voorhof genoemd.



De belangrijkste onderdelen van de vulva zijn (zie afbeelding 1 op pagina 16):

- Mons (venusheuvel)
- Labia majora (buitenste schaamlippen)
- Labia minora (binnenste schaamlippen)
- Clitoriseikel (het deel van de clitoris dat zichtbaar is)
- Clitoriskap
- Vestibulum (voorhof)
- Opening van de urethra (de plasbuis die de blaas leegt)
- Perineum (het gedeelte tussen het vestibulum en de anus)

Bij dit feestje gaan we ook de anus uitnodigen, ook al is deze technisch gezien een onderdeel van het maag-darmkanaal en niet van het voortplantingskanaal. Veel aandoeningen aan de vulva zijn ook van invloed op de anus, en het is voor vrouwen vaak lastig om hulp te krijgen bij problemen in de anaalstreek – als artsen ‘vrouw’ en ‘daarbeneden’ horen, verwijzen ze vaak naar de gynaecoloog. Sommige vrouwen zijn ook geïnteresseerd in informatie over anale seks, en fecale incontinentie kan een consequentie zijn van een vaginale bevalling.

De geschiedenis van veronachtzaming van de clitoris

Als we helemaal teruggaan in de tijd, medisch gezien – in de zin van Hippocrates (hoewel veel academici geloven dat Hippocrates geen bestaand persoon was) – zien we dat mannelijke artsen zelden een gynaecologisch onderzoek deden bij vrouwen of überhaupt vrouwelijke stoffelijke overschotten ontleedden, omdat het voor mannen als ongepast of ongevoelig werd gezien om een vrouw buiten het kader van een echtelijke relatie aan te raken. Aangezien er geen vrouwelijke artsen waren, bestond alles wat in oude medische handboeken werd beschreven over vrouwenlichamen en werd onderwezen aan de allereerste artsen uit informatie die door vrouwen en verloskundigen werd doorgegeven aan mannen, die dit op hun beurt naar eigen goeddunken interpreteerden. Dat betekent dat de geneeskunde al vanaf het begin is doordrenkt van mansplaining.

De meeste artsen van weleer, waarschijnlijk net als veel andere mannen in die tijd, twijfelden over de rol van de clitoris en vonden haar waarschijn-

lijk onbelangrijk. Dat vormt een scherp contrast met de anatomische glorie van de penis. In de geneeskunde wordt alle lichaamsoppervlakken een voorkant of achterkant toegekend, aangeduid als ventraal (voorkant) of dorsaal (achterkant). Als je naar iemand kijkt die rechtop staat in neutrale positie (armen aan de zijkant met de handpalmen naar voren wijzend), bevinden het gezicht, de borstkas en de handpalmen zich aan de ventrale zijde, en de rug en de handrug bevinden zich aan de dorsale kant. Deze afspraak wordt op een andere manier toegepast voor de penis, want zo gaat dat natuurlijk. De neutrale houding voor een man, althans volgens de anatomie van voorheen, was een massieve naar de hemel wijzende erectie. Behalve dat mannen natuurlijk niet rondlopen met een constante erectie, dus als je naar een man kijkt in wat de meeste mensen zien als een staat van rust – met een slappe penis dus – is het deel dat jou aankijkt niet de ‘voorkant’ van de penis maar in feite de dorsale zijde of achterkant, en het ondervlak is de ventrale zijde.

Dat is geen onbelangrijke kwestie; het is een geweldige (zij het tragikomische) samenvatting van hoe de samenleving, waaronder de geneeskunde, geobsedeerd is door erecties, terwijl de clitoris hooguit als voetnoot wordt opgevat. De clitoris, als zij al onder de aandacht van vroegere artsen kwam, werd verondersteld het vrouwelijke equivalent van de penis te zijn. Maar dan een stuk minder. (Het spijt me, maar dit orgaan, dat in staat is meerdere orgasmes te beleven en dat alleen dient voor plezier is niet minder. Het is de gouden standaard.) Veronachtzaming van de clitoris bleef niet beperkt tot de geneeskunst. Denk aan alle eeuwenoude Griekse standbeelden met een gedefinieerde scrotum en penis (hoewel de penissen aan de kleine kant zijn omdat seksualiteit kennelijk op gespannen voet stond met intellectuele inspanningen en zodoende een grote hersenpan het ideaal was, en niet een grote penis). De vulva's uit die tijd waren louter mysterieuze heuvels, verborgen achter zedig gekruiste benen.

Rond het jaar 1000 na Christus begonnen Perzische en Arabische artsen meer belangstelling te krijgen voor de clitoris, maar gezien de beperkingen die mannelijke artsen werden opgelegd voor het aanraken van naakte vrouwen of zelfs vrouwelijke lijken, kwam het werk langzaam op gang. Tegen het einde van de 17e eeuw waren beschrijvingen van de vrouwelijke anatomie, waaronder de clitoris, vrij nauwkeurig in anatomische zin. Sommige anatomen die op dat vlak vooruitgang boekten, zijn vereeuwigd in de namen van de lichaamsonderdelen die ze nauwkeurig beschreven – Gabriel Fallopio (fallopian tubes of eileiders; vond ook het

eerste condoom uit en bestudeerde deze in een klinische trial!) en Caspar Bartholin (de klier van Bartholin).

In 1844 publiceerde de anatoom Georg Ludwig Kobelt zulk gedetailleerd werk dat zijn anatomische beschrijvingen van de clitoris kunnen wedijveren met de beschrijvingen die we vandaag de dag kennen. Toch werd zijn werk grotendeels genegeerd (zoals vrijwel alles wat daaraan voorafging), waarschijnlijk vanwege een combinatie van de toename van victoriaanse overtuigingen (in feite de gevaren van vrouwelijke seksualiteit) en Freud die de valse overtuiging populariseerde dat de clitoris zorgde voor een 'onvolwassen' orgasme.

Jarenlang was het taboe om in de spreekkamer van artsen over vrouwelijke seksualiteit te praten, maar die repressie is geen tekortkoming die uitsluitend speelt binnen de geneeskunst. In 1938 werd Helen Hulick, een leerkracht uit Los Angeles, vastgehouden vanwege minachting van de rechtbank omdat zij het waagde om gekleed in een pantalon op te treden als getuige en weigerde zich om te kleden en een jurk aan te doen toen de mannelijke rechter daarop stond. Ze werd veroordeeld tot een gevangenisstraf van vijf dagen. Vrouwegezondheid, met name seksuele gezondheid, werd grotendeels als onbelangrijk of irrelevant beschouwd omdat ook vrouwen als zodanig werden beoordeeld.

In de jaren 20 en 30 van de twintigste eeuw geloofden artsen dat de vagina was gevuld met gevaarlijke bacteriën. Dat idee is natuurlijk absurd, en je hebt geen medische graad nodig om tot die conclusie te komen. Als de vagina zich voortdurend bijna in een staat van rampzaligheid bevond zouden vrouwen in evolutionaire zin nooit hebben overleefd. Het narratief van een vuile vagina sloot echter aan bij het maatschappelijke streven naar onderdrukking van vrouwen.

Een door mannen gedomineerd vakgebied, een door mannen gedomineerde maatschappij waarin weinig interesse bestond voor de ervaringen van vrouwen en hun meningen omtrent hun eigen lichaam, een pikgerichte blik op vrouwelijke seksualiteit, en de overtuiging, aangevuurd door het werk van Freud, dat de clitoris onbelangrijk was, zijn bij elkaar opgeteld flink wat obstakels om te overwinnen. Omdat de clitoris zich voorname-lijk binnen het lichaam bevindt, is deze praktisch gezien lastiger te onderzoeken dan de penis. Uiteindelijk werden er anatomische onderzoeken naar vrouwelijke lijken toegestaan waarbij de clitoris werd ontleed, maar het is belangrijk om op te merken wat daarbij de beperkingen waren. Bij het meeste post-mortemonderzoek is slechts een beperkte hoeveelheid

lijken betrokken; als het er zeven zijn is dat al veel. Lijken zijn kostbaar en niet makkelijk beschikbaar. Bij veel beschikbare liken gaat het bovendien om oudere personen, en het volume van de clitoris neemt na de menopauze af; bij een bepaald postmortaal onderzoek waren alle subjecten tussen de 70 en 80 jaar oud. Het conserveringsproces verstoort de clitoris ook. Voor de opkomst van de MRI (magnetic resonance imaging) was het eigenlijk onmogelijk om de exacte positie van de clitoris in een levende vrouw te bepalen of te zien hoe zij volloopt met bloed als reactie op seksuele stimulatie.

De huidige anatomische kennis is van ver gekomen. Hoewel ik niet iedere anatomieles heb onthouden van mijn opleiding geneeskunde en mijn co-schappen, heb ik mijn studieboeken nog steeds. Twee daarvan werden in 1984 gedrukt en een ander in 1988. In de twee boeken die specifiek handelen over verloskunde en gynaecologie is de clitoris anatomisch correct, maar het algemeen anatomieboek (1984) besteedde drie pagina's met illustraties (waarvan twee in kleur) aan de penis, en degradeerde de clitoris tot een enkel inzetje in een bovenhoek – *en* dat hele lichaamsdeel is afgebeeld in de meest afschuwelijke tint paarsbruin. Bovendien wordt het een 'miniatuurpenis' genoemd.

Het idee alleen al.

De clitoris

De clitoris kent een enkel doel: seksueel genot. Het is het enige onderdeel in het menselijk lichaam dat louter voor plezier is ontworpen.

Qua opbouw kun je bij de clitoris denken aan een omgekeerde Y, waarbij elke kant echter twee armen heeft. De uiterste top van de Y is gevouwen en het enige stuk dat zichtbaar is. Dit staat bekend als de glans of eikel, die deels wordt bedekt door de voorhuid (clitoriskap). De omgekeerde Y bevindt zich boven op de urethra (plasbuis) waarbij de twee armen over elke kant zijn gedrapeerd.

Onder de oppervlakte vind je het volgende:

- **HET LICHAAM:** het deel van de omgekeerde Y dat is omgerold. Het meet 2-4 cm. Middels een gewrichtsband verbonden met het schaambeentje.
- **DE WORTEL:** verbindt het clitorislichaam met de crura. De erectiele delen van de clitoris komen hier samen. Het is heel belangrijk voor het