

Turinys

10 Įvadinis žodis

12 (Ne)matomi mūsų skirtumai

- 14 Biologinė lytis
- 20 Socialinė lytis
- 22 Lytiškumas
- 26 Lytinė tapatybė



28 Trikampiai ir apskritimai

- 29 Merginos lytiniai organai
- 30 Išoriniai merginos lytiniai organai
- 34 Mergystės plėvė
- 36 Vidiniai merginos lytiniai organai
- 40 Krūtys
- 48 Vaikino lytiniai organai
- 50 Išoriniai vaikino lytiniai organai
- 50 Vidiniai vaikino lytiniai organai



52 Hormonų ir nuotaikų šuoliai paauglystėje

- 53 Lytiniai hormonai
- 56 Lytinis brendimas
- 64 Linksmieji nuotaikų kalneliai
- 68 Pagrindinės emocijos ir jų funkcijos
- 75 Hormonai ir emocijos



79 Grožio iššūkiai

- 80 Oda. Spuogai
- 86 Ūgis, svoris, kūno masės indeksas (KMI)
- 92 O kas, jei kūnas ne toks kaip supermodelio?
- 96 Nervinė anoreksija
- 99 Nervinė bulimija
- 100 Persivalgymas



106 Misija „Mėnesinės“

- 107 Mėnesinių ciklas
- 119 Lytinė higiena
- 120 Pagrindiniai intymios (lytinių organų) higienos principai
- 122 Higiena mėnesinių metu
- 125 Įklotai, tamponai, menstruacinės taurelės
- 139 Skausmingos mėnesinės
- 142 Man PMS!
- 151 Vizitas pas ginekologą
- 163 Įspėjamieji ženklai ant kelnaičių
- 163 Lytinė sveikata ir lytinės sistemos ligos
- 164 Makšties išskyros ir mikrobiota
- 169 Bakterinė vaginozė
- 175 Pienligė



180 Dovanos, kurių nelaukei

- 181 Lytiškai plintančios infekcijos
- 193 Chlamidiozė
- 197 Gonorėja
- 201 Mikoplazmozė
- 205 Trichomonozė
- 208 Sifilis
- 213 Herpesvirusinė infekcija, arba pūslelinė
- 218 Virusinis hepatitas B (VHB)
- 223 Žmogaus imunodeficito virusas (ŽIV)
- 227 AIDS
- 231 Lytiškai plintančių infekcijų ištyrimas
- 237 Lytiškai plintančių infekcijų gydymas
- 243 Žmogaus papilomos viruso (ŽPV) infekcija
- 253 Lytinių organų karpos
- 256 Gimdos kaklelio vėžys



262 Patirtys už uždarų darų

- 263 Seksualinė orientacija
- 266 „Netradicinė“ seksualinė orientacija
- 271 Apie masturbaciją kitaip
- 273 Mergystės plėvė ir nekaltybė
- 278 Tavo pirmasis kartas
- 287 Vaisingumo dovana – saugoti ar apsaugoti?
- 289 Kada gali įvykti apvaisinimas?
- 290 Kas yra vaisingos dienos?
- 292 Natūralus šeimos planavimas
- 293 Kalendorinis metodas
- 294 Kūno pokyčių stebėjimo metodai

300 Kontracepcija – nauda ar žala?

- 301 Kontraceptinės priemonės
- 304 Nutrauktas lytinis aktas
- 307 Labai veiksmingi kontracepcijos metodai
- 308 Poodiniai implantai
- 310 Hormoninės spiralės
- 314 Varinės spiralės
- 316 Progestinų injekcijos
- 317 Veiksmingi kontracepcijos metodai
- 318 Geriamosios kontraceptinės tabletės
- 321 Kontraceptiniai pleistrai
- 322 Makšties žiedas
- 324 Papildomas teigiamas hormoninės kontracepcijos poveikis
- 325 Skubi kontracepcija
- 331 Barjerinės kontraceptinės priemonės (vyriški prezervatyvai, moteriški prezervatyvai, diafragmos ir gaubtuvėliai)
- 335 Spermicidai



336 Tai, ko negalime nutylėti

- 337 Neplanuotas nėštumas
- 343 Seksualinė prievarta



348 Trumpai apie vaisingumo sutrikimus