

# Tucking ve Gafflar

## Trans-kadın ve non-binary kişiler için bir broşür

Penisini kıyafetlerinin üzerinden kim-  
senin fark etmemesi için nasıl güvenli  
bir şekilde sarabilirsin?

- Tucking: Nasıl yapılıyor?
- Gaff nedir?
- Nelere dikkat etmelisin?
- Riskler nelerdir?

## Taktikler – Nedenler – Öneriler



## Tucking nedir, tuck nedir?

**Önceden:** Cinsel organına ne isim verileceğine sadece sen karar verebilirsin. Ne hakkında konuştuğumuzun açık olması için burada ortak terimler kullanıyoruz. Senin için uygun olmayan kelimelerin üzerini çizmekten ve bunları daha rahat hissedeceğin terimlerle değiştirmekten çekinme.

Tucking, özellikle trans kadınlar tarafından belirli kıyafetleri rahatça giymek için kullanılan bir tekniktir. Ayrıca genel olarak daha iyi geçiş sağlar ve mutluluk bozukluğuna yardımcı olabilir.

## Asıl sorun: Tümsek

Tucking, penis ve testisleri yer kaplamayacak şekilde „paketlemek“ için yapılır, böylece üzerlerine giysi giyildiğinde hiçbir şişkinlik görünmez. Bu şekilde, hiç kimse bu organlara sahip olduğunu göremez.

## Nasıl çalışır?

Fetüslerde testisler ve yumurtalıklar aynı yapıtaşından gelişir. Testisler sadece daha sonraki gelişim sırasında vücut dışına çıkar. Bu kasık kanalları kalır. Girişler, testisleri yarı yarıya gizleyebilecek kadar büyüktür. Penis bunların üzerinden geriye doğru yerleştirilebilir.

## Bu tehlikeli mi?

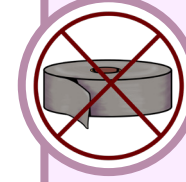
Eğer bu broşürü takip edersen: Hayır.

Bu teknikler eskidir ve örneğin balede çok uzun zamandır kullanılmaktadır. Sumo güreşçileri bu tekniği dövüş sırasında testislerini korumak için kullanırlar.

Ancak: Testis kasık kanalına itildiğinde, sperm üretimini engelleyebilecek yüksek bir (vücut) sıcaklığına maruz kalır.

Ayrıca testisin ölümüne yol açabilecek testis torsiyonu riski de vardır. Bu acil bir durumdur ve tıbbi müdahale gerektirir. Testis torsiyonu, zamanla artma eğiliminde olan çok şiddetli testis ağrısının aniden başlamasıyla tanınabilir.

## Dikkat ed



## Yapıştırıcı yasağı

İnternet ortamında sürekli dolaşıyor olsa da: Ellerini yapıştırıcı, bant veya streç olmayan bantlardan çek!

Sakin yapma.

## Tuck geri çıkmazsa ne olur?

Temel olarak, tucking testislere ya da sana zarar vermez. Gece gündüz tucking yapmamalısın, en azından gece uyurken tuck'ı açmalısın. Testisler hemen çıkmazsa, pelvisi penis yönünde iki parmakla ve biraz basınçla okşamak yardımcı olur. Rahatlatıcı bir banyo veya sabır da yardımcı olabilir. Eğer 24 saat sonra hiçbir şey olmazsa, bir doktora görünmek iyi bir fikirdir.



## Cilde dikkat et

Sıkı paketleme ve olası sürtünme cildi gerginleştirebilir. Bu nedenle, tuck ile yolculuk ederken, bir şeylerin çizilmesi veya sürtünmesi ihtimaline karşı ara sıra kontrol et. Cilt yırtılmadan önce tuck'ı açmak en iyisidir. Cildi esnek ve dayanıklı tutmak için basit, nemlendirici, parfümsüz bir krem kullanabilirsin. Vücut kıllarının yapısına bağlı olarak, bu da tucklar kaşınmasına neden olabilir. Bu durumda tıraş olmak yardımcı olacaktır.

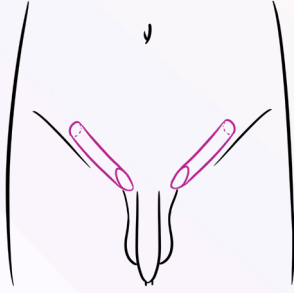
**Ne yazık ki, kasık kanalları yeterince geniş değilse veya daralmışsa, tucking bazı kişilerde işe yaramaz.**

## Önceden neye ihtiyacın var?

Erkekler için pazarlanan iç çamaşırlarında genellikle penis ve testisler için çok fazla boş alan vardır. Bu boşluk sıkı bir tuck elde etmeyi zorlaştırır.

„Kadın“ iç çamaşırları çok gereklidir. Başlangıç olarak, ucuz bir paket pamuk külot işini görecektir.

Daha sonra kasık kanallarının nerede olduğunu bulmalısın. Örnek olarak, iki parmağını testis torbanızın üst kısmına yakın bir yere koyarak bunu yapabilirsin. Hafifçe bastırarak, her iki tarafta da çevredeki alandan daha yumuşak ve daha açık bir nokta bulacaksın. Bir sonraki adımda, açıklıkların her birine bir testis yerleştirmeyi deneyebilirsin.



## Şimdi bu nasıl oluyor?

Tuck için şu şekilde ilerliyorsun:

- Külotunu dizlerinin hemen üstünden çek. Sonra bir elini alıp bir testisi yüzük parmağın ve küçük parmağınla, diğerini de işaret parmağın ve başparmağınla kanalların açıklığına yerleştiriyorsun. Bu ilk başta biraz sabır ve alıştırma gerektirir. Belki iki elle daha iyi sonuç verir. Sadece dene.
- Testisler yerine ulaştığında, penisi bacaklar arasına ve geriye doğru yerleştir. Penis testisleri kanal açıklıklarında tutar.
- Son adım külotu üzerlerinden geçirmek ve elini çekmektir. Külot daha sonra penisi tutar ve o da testisleri tutar.

That's it, tebrikler.

### Bilgi veren ipucu.

Daha iyi bir tutuş için, tuck'ı tutan külotun üzerine ikinci bir külot giyebilirsin.

## Doğru yaptığını nasıl anlarsın?

Özellikle başlangıçta, tucking genellikle alışılmadık ve garip bir duygudur ve hoş olmayabilir. Bazı insanlar için testislerin aniden yok olduğu hissi mutluluk bozukluğuna karşı çok iyi gelirken, diğerleri için ilk başta biraz korkutucudur. Çoğu insan buna çok çabuk alışır.

Tuckları acı vermemesi gerekir. Yani çok acıyorsa tuck'ı aç ve biraz daha az baskı ve gerginlikle tekrar dene. Ertesi gün hala acıyorsa, bir doktora gitmelisin.

## Any Questions?

If you have more questions about gender, being trans, transition, binder, or similar topics, please feel free to send us an email or anonymously to our question box.

**Mail:** [hallo@queer-lexikon.net](mailto:hallo@queer-lexikon.net)

**To the question box:** [qlx.li/kummer](https://qlx.li/kummer)



## This is a booklet of the Queer Lexikon

We are a non-profit organization, we organize our work on a voluntary basis and our expenses are financed by donations. If you can, we appreciate your support by sharing our content, telling others about us, or supporting us on Patreon. You can find information about sexual and gender diversity, coming out, safer sex, and much more.

You have further questions, wishes and suggestions for improvement? Contact us.



[@queerlexikon](https://queerlexikon.net) | [qlx.li/social](https://qlx.li/social) | [queer-lexikon.net](https://queer-lexikon.net)



[queer-lexikon.net/impressum](https://queer-lexikon.net/impressum)

1. Edition – 2024

The brochure was translated by the project „trans\* - Participation, Resilience & Education Sustainably Ensured“. The project is supported by the Turkish Community in Baden-Württemberg e.V. (TGBW). The TGBW is a non-partisan, independent, and secular association that supports the peaceful and solidary coexistence of people living in Baden-Württemberg by consistently standing up for equal rights of all segments of the population. More info at: [www.tgbw.de](http://www.tgbw.de)