

Tucking та Gaffs

Буклет для транс-жінок та небінарних людей.

Як безпечно підвернути пеніс, щоб ніхто не помітив його поверх одягу.

- Як це працює?
- Що таке gaffs?
- Чого слід остерігатися?
- Які ризики?

Підгортання – Передісторія - Пропозиції



Що таке підвертання?

По-перше, тільки вам вирішувати, як називаються ваші статеві органи. Ми використовуємо тут загальні терміни, щоб було зрозуміло, що ми говоримо. Не соромтеся викреслювати слова, які вам не підходять, та замінювати їх термінами, з якими ви почуваетесь більш комфортно. Підгортання - це техніка, яка використовується в основному транс-жінками для зручного носіння певного одягу. Це також зазвичай сприяє кращому самопочуттю у громадських місцях та може допомогти при дисфорії.

Випуклість – це проблема

При підгортанні статевий член та яєчка повинні бути «упаковані» для економії місця, щоб при одягненому на них одязі не було видно випуклості, опуклості. Таким чином ніхто не побачить, що у вас взагалі є ці органи.

Як це працює?

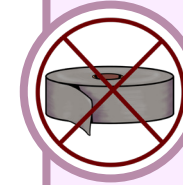
У дитячих плодів яєчка та яєчники розвиваються з однієї і тієї ж закладки. Яєчка не виходять із тіла до подальшого розвитку, але виходять після народження. Але пахові протоки залишаються. Входи досить великі, щоб наполовину приховати у них яєчка. Пеніс може бути розміщений над ними задом наперед.

Це небезпечно?

Якщо ви будете дотримуватися цього буклету: Ні.

Техніка досить давня і використовується вже дуже давно, наприклад, у балеті. Борці сумо використовують цю техніку, щоб захистити свої яєчка у бою. Але: Якщо яєчко проштовхнути в пахвинний канал, воно піддається впливу підвищеної температури тіла, що може перешкодити виробленню сперми. Перекрут яєчка, що може призвести до загибелі яєчка. Це надзвичайна ситуація і потребує медичної допомоги. Перекрут яєчка можна розпізнати через раптове виникнення дуже сильного болю в яєчках, який з часом має тенденцію посилюватися.

Обережно!

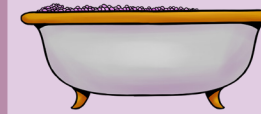


Забора на клею

Незважаючи на те, що це завжди циркулює в Інтернеті: Руки геть від клею, стрічок чи нееластичних бинтів! Просто не робіть цього.

Що робити, якщо складка не повертається?

По суті, підвертання не завдає шкоди ні яєчкам, ні вам. Ви не повинні повертатися вдень і вночі, принаймні вночі, коли ви спите, ви повинні розкривати підвертання. Якщо яєчка не виходять відразу, допомагає погладження таза двома пальцями та невелике натискання у бік статевого члена. Розслаблююча ванна та терпіння також допоможуть. Якщо за 24 години нічого не відбувається, рекомендується звернутися до лікаря.



Подбайте про шкіру

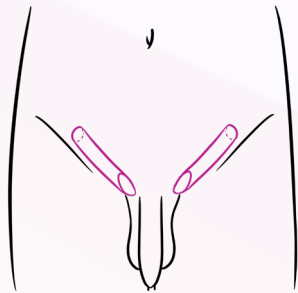
Компактна упаковка та можливе тертя можуть пошкодити шкіру. Тому, коли ви подорожуєте з підворотом, час від часу перевіряйте, чи не дряпається нічого і чи не тирає вам шкіру. Щоб зберегти шкіру пружною та еластичною, ви можете нанести на неї простий крем, що відновлює, без запаху. Залежно від характеру волосся на тілі, це також може викликати колючі складки. У цьому випадку допоможе гоління.

На жаль, підгортання не працює для деяких людей, наприклад, якщо пахові канали недостатньо широкі або звужені.

Що потрібно знати наперед?

Нижня білизна, що продається для чоловіків, часто має багато місця для статевого члена та яєчок. Через цей простір важко отримати утримуючу складку. Необхідна проста «жіноча» спідня білизна. Для початку підійде недорога пачка трусів із бавовни.

Потім вам потрібно з'ясувати, де знаходяться пахові канали. Це можна зробити, наприклад, двома пальцями, що наближаються до верхнього кінця мошонки збоку. Злегка натискаючи, ви знайдете місце по обидва боки, м'якше і відкритіше, ніж навколишня область. На наступному етапі ви можете спробувати помістити по одному яєчку в кожне з отворів.



Що таке Gaffs зараз?

Gaff - це пара трусів, зроблена спеціально для того, щоб їх можна було заправити член і яєчка. З деякими їх досить просто вдягнути, інші дають хорошу фіксацію, але все одно доводиться підвертатися.

Вам потрібний Gaff?

В принципі ні, але для початку з ними може бути простіше. З іншого боку, часто Gaffs досить дорогі. Зрештою, це залежить від того, в чому ви почуваетесь більш комфортно.

Як це зараз працює?

Для підвертання ви дієте так:

- ви натягуєте труси трохи вище колін. Потім ви берете одну руку і направляєте по одному яєчку безіменним пальцем і мізинцем, а також по одному вказівним та великим пальцями на отвір каналів. Це вимагає деякого терпіння та практики на початку. Можливо, краще працювати двома руками. Просто спробуйте.
- Коли яєчка коли яєчка будуть в каналах, помістіть пеніс між ніг назад. Статевий член утримує яєчка в отворах каналів.
- Останнім кроком буде натягнути на них труси та прибрати руку. Потім труси утримують пеніс, який у свою чергу утримує яєчка.

От і все, вітаю.

Порада

Для кращого утримання можна натягнути другу ковзну пов'язку поверх тієї, що тримає підвертання.

Звідки ви знаєте, що це робите правильно?

Особливо спочатку повертання часто викликає незнайоме, дивне почуття і може бути неприємним. Відчуття, що яєчка раптово зникли, в одних дуже добре допомагає при дисфорії, інших спочатку трохи лякає. Більшість людей до цього дуже швидко звикають.

Підвертання не повинно боліти. Іншими словами, якщо це явно боляче, відкрийте підгортання і спробуйте все ще раз із меншим тиском і напругою.

Якщо наступного дня у вас ще є болі, слід звернутися до лікаря.

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

To the question box: 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://www.instagram.com/queerlexikon) | qlx.li/social | queer-lexikon.net



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