

# Voorhuidhygiëne



In deze folder kun je lezen hoe je bij baby's en peuters de voorhuid kunt verzorgen.



**GGD**  
Gooi en Vechtstreek



# Wat is voorhuidhygiëne?

De voorhuid is een dun stukje huid dat bij onbesneden jongetjes over het topje van de penis zit. Bij baby's en peuters zit de voorhuid bijna altijd aan de eikel vast. Je kunt de voorhuid dan niet terugtrekken. Zolang de voorhuid verkleefd is, kan en hoeft je deze nog niet terug te trekken bij het schoonmaken.

Vroeger werd geadviseerd om de huid steeds iets verder terug te trekken, maar dit veroorzaakt pijn en/of scheurtjes en soms bloedingen en littekens. We adviseren dus om dit juist niet te doen.

Tijdens het opgroeien laat de voorhuid steeds iets meer los. Tussen de drie en de vijf jaar is bij de meeste jongetjes de verkleving verdwenen. De voorhuid kan dan helemaal teruggetrokken worden over de penis. Bij sommige jongentjes kan het wel tot hun tiende duren voordat de verkleving helemaal verdwenen is. Heeft je zoon hier last van (jeuk, pijn bij het plassen, een ontsteking of opbollen van de voorhuid tijdens het plassen) dan is het goed om de huisarts te raadplegen.



# Verzorging

Op het moment dat er voldoende ruimte tussen de voorhuid en de eikel van de penis is, is het advies om dit goed schoon te houden. Dit houdt in: de voorhuid zover mogelijk terugtrekken om de voorhuidsmeer van de voorhuid en eikel te wassen. Doe dit vanaf ongeveer het vijfde jaar dagelijks.

## Vorhuidsmeer

Vorhuidsmeer of smegma is een stevige, witgele vette stof die bestaat uit dode, afgeschilferde huidcellen en lichaamsvetten. Vorhuidsmeer vind je aan de uitwendige geslachtsdelen, bij mannen aan de binnenkant van de voorhuid, bij vrouwen bij de kittelaar (clitoris). Het komt op elke leeftijd voor. Bij kinderen bestaat het vrijwel alleen uit afgestoten huidcellen.

In het verleden is lang gedacht dat vorhuidsmeer kankerverwekkend was en dat alleen besnijdenis kanker kon voorkomen. Inmiddels is duidelijk, dat geïnficeerd vorhuidsmeer een risicofactor op kanker is, terwijl schoon vorhuidsmeer niet kankerverwekkend is. Daarom is de dagelijkse voorhuidhygiëne belangrijk.





## Meer informatie

Voor meer informatie kun je contact opnemen met team Jeugd en Gezin door een email te sturen naar [jeugd@ggdgv.nl](mailto:jeugd@ggdgv.nl).

### Contact

 [www.ggdgv.nl/jeugd](http://www.ggdgv.nl/jeugd) |  (035) 692 63 50 |  [jeugd@ggdgv.nl](mailto:jeugd@ggdgv.nl)

  @GGDGenV

September 2024



**GGD**  
Gooi en Vechtstreek

