

Wat kun je leren van je drollen?

Leg jij elke dag een drol? Is die bruin, zacht en een beetje vochtig? Gefeliciteerd! Waarschijnlijk eet jij vooral gezonde dingen zoals bruin brood, groente en fruit en drink je voldoende water. Snoep je veel? Eet je vaak friet? Drink je liever cola dan water? Als je ongezond eet, is het mogelijk dat je last krijgt van diarree of juist niet kunt poepen. Kost het je moeite om je drol naar buiten te duwen? Is je drol vaak hard en droog? In dat geval moet je meer vezels eten. Die vind je in bruine boterhammen, groente en fruit. En drink veel water!



Fragment uit Mathilda Masters & Kass VanderSande, Mijn boek vol slimme weetjes, Lannoo, 2024. Dit fragment mag enkel gebruikt worden voor educatieve doeleinden en niet verder worden verspreid.

Een boer wandelt naar huis met een kar vol mest. Hij komt zijn buurjongen tegen.

'Wat gaat u met die mest doen?' vraagt de jongen.

'Ik doe het op mijn aardbeien', antwoordt de boer.

'O!' zegt de jongen verbaasd.
'Ik doe meestal slagroom op mijn aardbeien.'



Een gezonde drol bestaat voor het grootste deel uit water. De rest zijn bacteriën, slijm, dode cellen en vezels die je lichaam niet afbreekt.



De chique naam voor een drol is *faeces* of *feces*. Dat is Latijn voor 'ontlasting'.

Een ideale drol zakt meteen naar de bodem van het toilet.

