



Bud' chlap,

DAJ SA VYŠETRIŤ



SAMOVYŠETRENIE SEMENNÍKOV

Pravidelné samovyšetrenie semenníkov je u mužov potrebné vykonávať minimálne raz mesačne. Neposkytuje náhradu za preventívne prehliadky u urológa raz za 3 roky, ale je doplnkovým priebežným vyšetrením. Pri akejkolvek zaznamenatej zmene na semenníkoch je potrebné neodkladne navštíviť lekára.

PRÍPRAVA



v teplej sprche
alebo kúpeli



namydlenie

VIZUÁLNA KONTROLA



zmena
veľkosti



vonkajšie
hrčky



zmena
tvaru



zmeny
na koži

MANUÁLNA KONTROLA



prehmatanie
semenníkov
oboma rukami



kontrola
prípadného
výskytu zatvrdlín
a hrčiek



kontrola
bolestivosti



nahmatanie
semenovodu
palcom
a ukazovákom

Je dôležité vedieť, kde je uložený semenovod. Nahmatať sa dá na zadnej strane semenníka a pri otáčaní je mäkký a bolestivý. Pozor na jeho zámenu s nádorom.

Rovnaký nahmataný nález na rovnakých miestach v oboch semenníkoch znamená normálny stav. Každú inú zmenu objavenú pri samovyšetrení je potrebné konzultovať s urológom. Hoci každá bolestivosť alebo hrčka nemusí znamenať rakovinu, netreba ich podceňovať.