4 ЧЕКОРИ ЗА САМОПРЕГЛЕД

канцер на тестиси

Застанете исправено пред огледало и набљудувајте ги тестисите. Обидете се да забележите дали постои некаков оток или нерамномерности во положбата на двата тестиса. Потребно е да знаете дека нормално е доколку едниот тестис е малку поголем или ако не се во идентична положба, но **разликата не смее да биде драстична**.

1

Нежно опипајте го секој тестис одделно со палецот и показалецот. Обидете се да почувствувате дали постои некоја грутка или оток. Имајте предвид дека грутките кои може да се појават понекогаш се со големина на зрно ориз и се прилично тврда материја.

2

Внимание ! Најдете го епидидимисот (семеник) на самиот тестис кој има форма на мала мека цевка. Со редовно проверување на тестисите ќе научите да го препознаете овој дел бидејќи не претставува опасност и постои кај секој маж. Бидејќи ова претставува сензитивен предел кај машката популација, не се вознемирувајте доколку почувствувате блага болка или незгодност при проверката.

3

Проверете ја кожата која ги обвива тестисите. Обидете се да забележите дали постојат некои израстоци или промена на бојата. Нека ви стане навика еднаш месечно, за време на туширање или по тоа, да ги проверувате тестисите. Со ова значително ги намалувате шансите за канцер на тестиси !

4

www.cancertreatment.mk

ACIBADEM SISTINA

www.cancertreatment.mk