



Jak samodzielnie badać jądra?



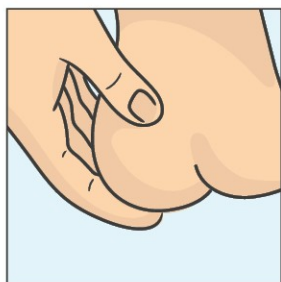
Badaj jądra raz w miesiącu



Sprawdzaj jądra pod prysznicem lub w wannie, gdy moszna jest rozluźniona

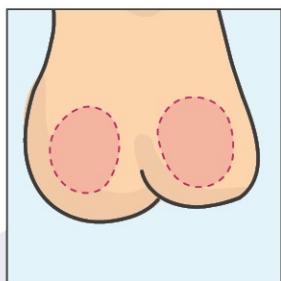
Sprawdź każde jądro osobno

- Sprawdzaj jądro delikatnie przesuwając je między kciukiem i pozostałymi palcami



- Staraj się wyczuć wszelkie guzki, stwardnienia czy nieprawidłowe struktury

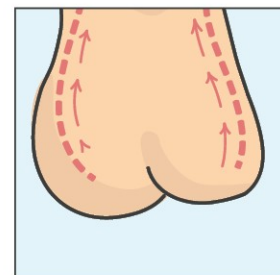
- Każde jądro powinno mieć gładką, owalną powierzchnię



- Pamiętaj, że naturalnie jedno jądro może być nieco większe od drugiego

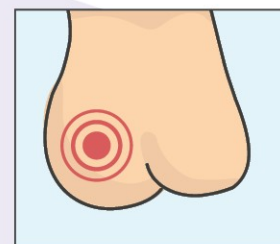
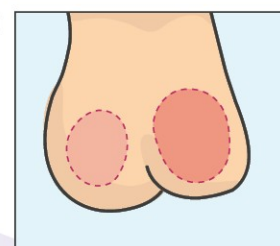
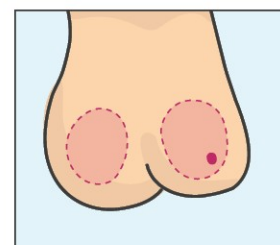
- Jednakże wyczuwalna zmiana rozmiaru lub kształtu powinna wzbudzić niepokój

- Wyczuwasz zgrubienie w szczytowej części jądra – wszystko ok, to najądrze
- Najądrze może trochę boleć przy ucisku
- Oceń powrózek nasienny (zmiany wyczuwalne są w mosznie na tylnej powierzchni jądra i ponad nim)



Co powinno zwrócić Twoją uwagę podczas samobadania?

- guzki lub stwardnienia (często wielkości grochu)
- zmiana wielkości, kształtu lub ciężaru jednego z jąder
- obrzęk lub ból
- uczucie ciężkości w mosznie lub ból promieniujący do podbrzusza



Czujesz jakieś nieprawidłowości? Jesteś zaniepokojony?
Spokojnie. Skonsultuj się z urologiem