

HODENKREBSVORSORGE

Tastanleitung zur
Selbstuntersuchung

**Regelmäßiges Abtasten
zur Früherkennung von
Hodenkrebs kann auch
Dein Leben retten.**

**So einfach geht's!
Starte hier**



01

Den Test am besten
nach einer wohl
temperierten
Dusche durchführen.



02

Zuerst einen, dann den
anderen Hoden abtasten.



03

Mit geöffneter Handfläche
von unten befühlen, auf
und ab bewegen.

Ziehschmerz?
Veränderungen in
Größe und Gewicht?



04

Zwischen Fingern und
Daumen hin und her rollen.

Veränderungen
in Druckempfindlichkeit
oder Konsistenz?



05

Die Nebenhoden
abtasten - sie können
leicht mit einem Knoten
verwechselt werden.



06

Hoden im Spiegel
betrachten.

Auf Schwellungen oder
andere Veränderungen
achten.



Behalte Deine Gesundheit im Auge,
auch zwischen den regelmäßigen
Vorsorgeterminen in Deiner Facharztpraxis.
Bei Fragen helfen wir Dir gern weiter.