

CONNAIS-TOI TOI-MÊME

NOTRE GUIDE D'AUTO-EXAMEN

Le cancer testiculaire est le cancer le plus communément diagnostiqué chez les jeunes hommes. Il est important de savoir ce qui est normal et ce qui ne l'est pas pour vos testicules. C'est facile - il n'y a que trois étapes simples à suivre.



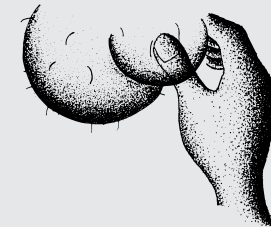
01

Pensez chaleur. Une douche chaude facilite la palpation.



02

Faites rouler un testicule entre le pouce et les doigts pour sentir une bosse, une enflure ou une douleur.



03

Répétez avec l'autre.

AVOIR UNE SENSATION TOUS LES MOIS ENVIRON

Pensez à un auto-examen tous les mois environ. Lorsque vous les palpez, les testicules doivent vous sembler lisses, fermes et sensibles, mais pas trop douloureux. Si vous observez un changement ou si quelque chose vous semble anormal, parlez à un médecin. Ne paniquez pas, mais n'hésitez pas, consultez.



MOVEMBER®

Pour en savoir plus, visitez movember.com