

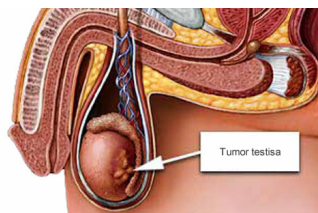
- Vsak testis je potrebno pregledati posebej.

- Z obema rokama primete mošnjo in z nežnim otipom (s palcem, kazalcem in s sredincem obeh rok) poiščete testis.

- Najprej pretipate nadmodek, ki se tipa kot mehka, nekoliko vozličasta vrstica nad modom in ob njem.

- Sledi pregled semenovoda, ki izhaja iz nadmodka in poteka za modom v sečnico. Čuti se kot trda, gladka cevka.

- Nato pregledate še testis. Zdrav testis je ovalne oblike, elastičnega otipa, gladek. Včasih se na površini otipa kot proso velika zatrdlina, kar pa ni sumljivo.



S to zloženko smo vam želeli na kratko predstaviti dve najpogostejši bolezni, ki prizadene moške, in s tem opomniti, kako pomembna je preventiva in osveščenost o teh boleznih. Zato se pridružite ostalim članom gibanja MOVEMBER s puščanjem brk.

Za ostala vprašanja v zvezi z rakom prostate in testisov, smo vam na voljo v naših ambulantah in na oddelku (13. in 14. etaža kirurške stolpnice), kjer vam bomo z veseljem pomagali.



ZL 75 K5 002 Povezava: OP 75 KV 001

Izdaja 01 Z dne: 19. 11. 2018

KLINIKA ZA KIRURGIJO

Oddelek za urologijo



**Zloženka je namenjena osveščanju
moških o raku prostate in testisih**

Pripravila: Simona Gaube, dipl. m. s.

Mesec november je proglašen kot mesec MOVEMBER, katerega bistvo je osveščanje moških vseh starosti o raku prostate in testisih.

Kaj je MOVEMBER?

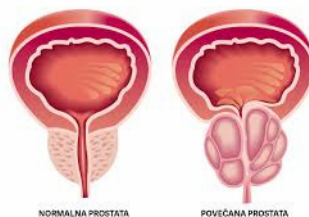
Beseda MOVEMBER izhaja iz besede MO (moustache), ki v Avstralskem slengu pomeni brki, in besede november (meseca v katerem akcijo izvajamo).

Gre za gibanje, ki se je pričelo leta 2003 v Avstraliji in preraslo v globalno gibanje, ki po celem svetu in tudi v Sloveniji združuje več kot 5 milijonov ljudi. S puščanjem brk cel mesec zbirajo denar, ki je namenjen raziskovanju in preventivi proti raku na prostati in drugim zdravstvenim težavam, ki prizadenejo moške.

Zaradi raka prostate v Sloveniji vsako leto v povprečju zboli približno 1300 moških, umre pa 350 moških.

RAK PROSTATE

je najpogostejša diagnosticirana oblika raka pri moških, ki prizadene moške po 45. letu starosti in nato strmo narašča med 60. in 70. letom. Dejavniki tveganja za nastanek so družinska obremenjenost, starost, rasa, dednost, življenjski slog in etnična pripadnost. Zato je bistvenega pomena, da moški preverite svoje zdravje, se posvetujete z osebnim zdravnikom in testirate.



RAK TESTISOV

je najpogostejši rak pri mladih moških z nespuščenimi testisi ob rojstvu, z motnjami plodnosti, z manjšim volumnom testisov (atrofija, hipotrofija) in z nepravilnostmi v razvoju zunanega dela sečil.

Da bi dosegli čim večjo stopnjo ozdravljivosti bolnikov z rakom testisov in ob tem povzročili čim manj kroničnih zapletov zdravljenja, je bistvenega pomena odkrivanje zgodnjih oblik bolezni z rednim samopregledovanjem testisov. Gre za enostavno, hitro in učinkovito metodo, ki naj jo vsak moški po 15. letu starosti redno izvaja.

Navodila za samopregledovanje

- Testise je priporočljivo pretipati enkrat mesečno (med kopeljo ali po njej, ko je mošnja mehka in voljna).