



# Selbstuntersuchung der Hoden



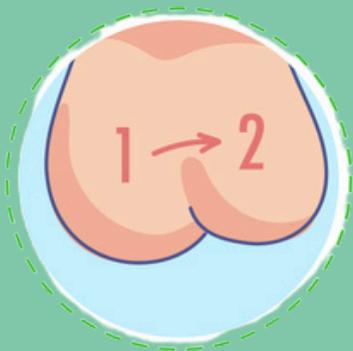
Regelmäßig abtasten - am besten 1x im Monat.



Während oder kurz nach einer warmen Dusche.



Hodensack mit geöffneter Handfläche von unten befühlen.



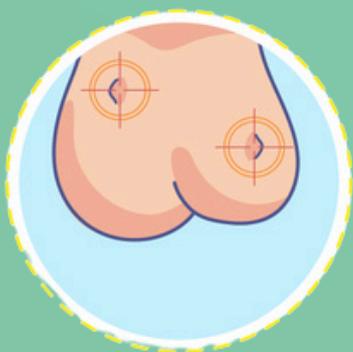
Hoden nacheinander abtasten.



Hoden zwischen Daumen und Fingern hin und her rollen.



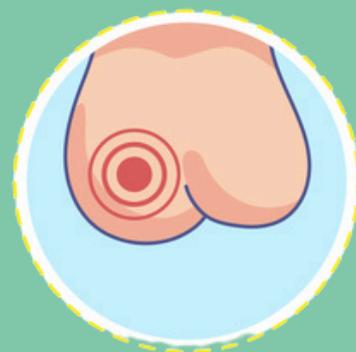
Nebenhoden, die bogenartig auf dem Hoden sitzen, abtasten.



Achte auf Verhärtungen, Unregelmäßigkeiten, Schwellungen, kleine Knoten, ...



... sowie Veränderungen in Größe und Gewicht ...



... oder Schmerzen und Berührungsempfindlichkeiten.

