

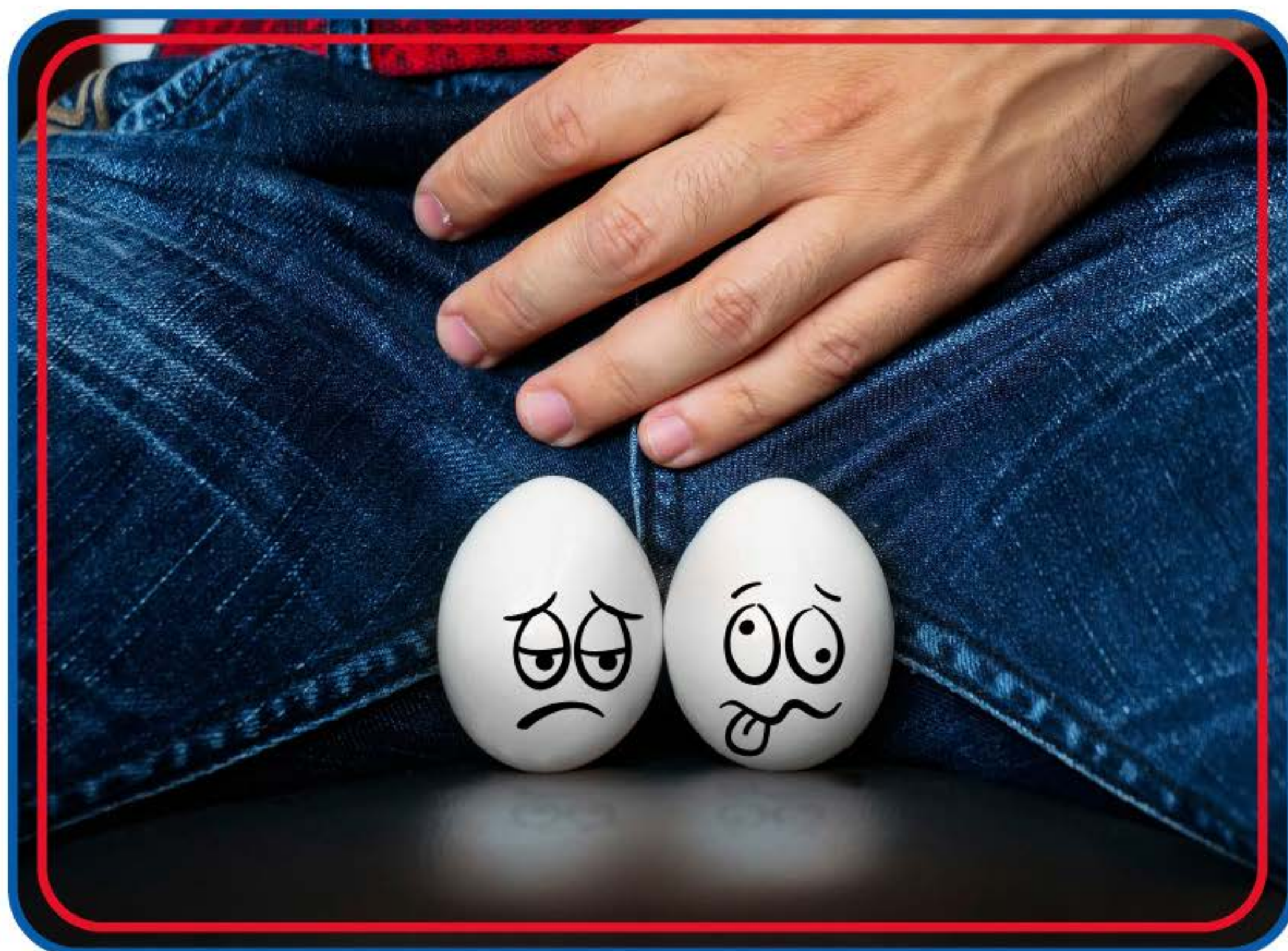


Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej
w Kędzierzynie-Koźlu



PROFILAKTYKA RAKA PROSTATY I JĄDER

PORADNIK ŚWIADOMEGO MĘŻCZYZNY



BĄDŹ ODPOWIEDZIALNY – ZBADAJ SIĘ!



Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej
w Kędzierzynie-Koźlu



PROFILAKTYKA RAKA PROSTATY I JĄDER

PORADNIK ŚWIADOMEGO MĘŻCZYZNY

Sprawdź czy odczuwasz
któryś ze wskazanych problemów.
JEŚLI TAK – ZBADAJ SIĘ U UROLOGA!

W raku prostaty do sygnałów alarmowych należą:

- zbyt częste oddawanie moczu w dzień i w nocy,
- trudności w oddawaniu moczu i uczucie niemożności całkowitego opróżnienia pęcherza,
 - gwałtowne parcie na mocz,
- osłabienie strumienia moczu, przerywany strumień moczu, oddawanie moczu „na raty”,
- niemożność powstrzymania oddawania moczu i wykapywanie moczu z cewki po oddaniu moczu,
 - występowanie raka prostaty w rodzinie.



Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej
w Kędzierzynie-Koźlu



PROFILAKTYKA RAKA PROSTATY I JĄDER

PORADNIK ŚWIADOMEGO MĘŻCZYZNY

Systematyczne badanie jąder jest bardzo ważnym działaniem profilaktycznym, pozwalającym wykryć wczesne zmiany nowotworowe. Im wcześniej rozpoznana choroba nowotworowa jąder tym większe szanse przeżycia. Badania wskazują nawet na 95% poziom wyleczenia z nowotworu.

Jak prawidłowo samemu zbadać jądra.



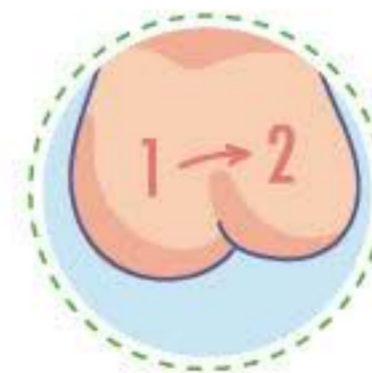
Wyznacz sobie stały dzień na badanie raz w miesiącu.



Najlepiej badaj się w trakcie lub po prysznicu.



Miej czyste ręce.



Badaj jądra w kolejności. Prawe jądro jest nieco większe.



Delikatnie przesuwaj jądra między palcami.



Wyczuwaj najądrza i wykonaj badanie od dołu.



Szukaj twardych grudek, gładkich lub zaokrąglonych zgrubień.



Porównuj zmiany w wielkości, kształcie i konsystencji.



Szukaj jakichkolwiek bolesnych zmian.

Pamiętaj! Nie każda zmiana to rak, ale z każdą zgłoś się do urologa!



Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej
w Kędzierzynie-Koźlu



PROFILAKTYKA RAKA PROSTATY I JĄDER

PORADNIK ŚWIADOMEGO MĘŻCZYZNY

**Jeśli zauważyłeś wspomniane zmiany,
bez oporów i zbędnego zwlekania
udaj się do swojego lekarza POZ
po skierowanie do specjalisty!**

Zarejestruj się do poradni!

Poradnia Urologiczna
ul. 24 Kwietnia 7
47-200 Kędzierzyn-Koźle

tel. +48 774 062 526 – rejestracja
tel. +48 774 062 510 – gabinet lekarski
e-mail : urologia1@e-szpital.eu