

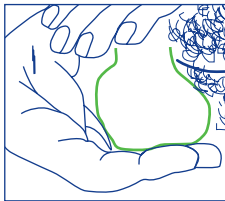
Selbstuntersuchung - Eine Anleitung

Wir empfehlen jedem Mann zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr, seine Hoden einmal monatlich selbst zu untersuchen.

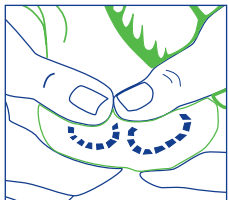
Die Selbstuntersuchung ist einfach und nimmt nur wenig Zeit in Anspruch. Am besten legen Sie einen Tag fest, an dem Sie sie durchführen wollen (z.B. immer der erste Sonntag im Monat).

1. Führen Sie die Selbstuntersuchung nach einer warmen Dusche oder einem warmen Bad durch. Dann ist die Haut des Hodensacks entspannt, so dass die Hoden gut zu tasten sind.

2. Betasten Sie zunächst Hodensack und Hoden mit geöffneter Handfläche von unten, indem Sie die Hand leicht auf und ab bewegen. So bekommen Sie ein Gespür für die Größe und das Gewicht Ihrer Hoden.

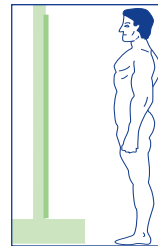
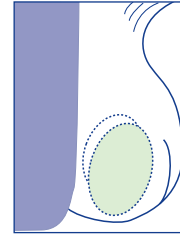


3. Jeder Hoden sollte vorsichtig mit beiden Händen abgetastet werden. Legen Sie dazu Zeige- und Mittelfinger unter den Hoden, die Daumen auf den Hoden. Rollen Sie den Hoden dann zwischen Daumen und Fingern hin und her. So können Sie Unebenheiten oder Knoten leicht ertasten.



Selbstuntersuchung - Eine Anleitung

4. Versuchen Sie den Nebenhoden zu finden, der für die Speicherung der in den Hoden gebildeten Samen zuständig ist. Er liegt dem Hoden zur Innenseite sichelförmig an und sollte nicht mit einem auffälligen Befund verwechselt werden. Typisch für einen auffälligen Befund ist meist ein schmerzloser Knoten im Hoden selbst.



5. Zum Schluss stellen Sie sich vor den Spiegel und schauen, ob Ihnen eine Schwellung im Bereich des Hodensacks auffällt. Auch diese sollten Sie Ihrem behandelnden Arzt zeigen.

Weitere Informationen und Adressen zu Hodenkrebs erhalten Sie bei der

Krebsgesellschaft
Nordrhein-Westfalen e.V.

Volmerswerther Str. 20
40221 Düsseldorf
Telefon: 02 11 - 15 76 09 90
Telefax: 02 11 - 15 76 09 99
www.krebsgesellschaft-nrw.de
info@krebsgesellschaft-nrw.de

Hodenkrebs

Eine Kurzinformation
zur Früherkennung

Krebsgesellschaft
Nordrhein-Westfalen e.V.

BKK Landesverband NRW



Gut zu wissen

Hodenkrebs ist der häufigste bösartige Tumor bei Männern zwischen 20 und 40 Jahren. Prinzipiell können aber Männer jeden Alters daran erkranken. Die Neuerkrankungsrate in Deutschland beträgt ca. 4200 Männer pro Jahr.

Die Heilungschancen von Hodenkrebs sind sehr gut, wenn er rechtzeitig erkannt wird.

Wird der Krebs früh erkannt und behandelt, betragen die Heilungschancen fast 100 Prozent. Auch die Therapiebelastung und deren Folgeerscheinungen sind um so geringfügiger, je früher der Tumor gefunden wird. In Spätstadien sinkt die Heilungsrate auf 50 Prozent. Ohne Behandlung ist Hodenkrebs immer tödlich.

Das beste Mittel im Kampf gegen diesen Krebs ist der aufmerksame Umgang mit dem eigenen Körper. Bei einer regelmäßigen Selbstuntersuchung der Hoden fallen Veränderungen früh auf. Dieses Faltblatt benennt die Ursachen für Hodenkrebs, zeigt Ihnen die einzelnen Schritte der Selbstuntersuchung und beschreibt, auf welche Warnzeichen Sie achten müssen.

Ursachen für Hodenkrebs

Die Ursachen, warum Hodenkrebs entsteht, sind noch nicht endgültig entschlüsselt. Es gibt allerdings viele Beobachtungen, die wichtige Ansätze erkennen lassen. Besonders gefährdet sind nach heutigen Erkenntnissen

- > Männer mit Hodenhochstand im Kindesalter. Dabei spielt es keine Rolle, wo der Hoden "stecken geblieben" ist und ob der Hochstand behoben wurde oder nicht.
- > Männer, bei deren Großvater, Vater oder Bruder bereits ein Hodentumor aufgetreten ist.
- > Männer, bei denen ein Hoden bereits von Hodentumor betroffen war. Bei etwa 5 Prozent aller Männer mit Hodenkrebs entsteht ein zweiter Tumor im anderen Hoden.
- > Männer, deren Mutter während der Schwangerschaft mit östrogenhaltigen Medikamenten behandelt wurde.

Anzeichen für Hodenkrebs

Einen wesentlichen Beitrag zur frühzeitigen Entdeckung eines Hodentumors können Sie selbst leisten: Achten Sie auf Veränderungen an Ihren Hoden. Bei einer regelmäßigen Selbstuntersuchung fallen folgende Warnzeichen früh genug auf:

- > einseitige Schwellung oder Vergrößerung
- > Schweregefühl oder Ziehen im Hoden
- > Veränderung der Konsistenz
- > Gefühlsveränderung oder dumpfer Schmerz im Hoden
- > Flüssigkeitsansammlung im Hoden
- > kleiner, harter aber schmerzloser Knoten auf dem Hoden
- > Anschwellen oder Schmerzhaftigkeit der Brustdrüsen auf einer oder beiden Seiten

Obwohl viele Veränderungen am Hoden gutartig sind, sollten Sie unverzüglich jeden auffälligen Befund Ihrem behandelnden Arzt zur Abklärung mitteilen.

Gehen Sie zum Arzt, wenn Sie Veränderungen an Ihren Hoden entdecken.

Per Tastuntersuchung und Ultraschall kann der Arzt abschätzen, ob ein Verdacht auf Hodentumor begründet ist und ob operiert werden muss.