

AUTOSURVEILLANCE DES TESTICULES

Entre 14 et 45 ans, une fois par mois,
après une douche chaude ou un bain

Plus votre corps vous est familier,
plus tôt vous pourrez détecter un changement.



COMMENT PRATIQUER UN AUTOEXAMEN ?



Examinez vos testicules et
recherchez toute modification
possible.

Palpez les testicules et le
scrotum par dessous avec la
paume de la main ouverte.

Leur taille et leur poids ont-ils
changé par rapport au mois
précédent ?

⚠ Il est normal que les
testicules aient une légère
différence de taille.



Pour palper
vos testicules,
utilisez le pouce
ainsi que l'index et
le majeur.



Palpez chaque
testicule
séparément.
Placez l'index et
le majeur sous
le testicule et le
pouce au-dessus.



Faites rouler le
testicule d'avant
en arrière entre
le pouce et les
doigts.



Observez les
2 testicules
dans un miroir.
Semblent-ils
gonflés ? Ou leur
volume a-t-il
augmenté ?

ANOMALIES À SIGNALER AU MÉDECIN



Nodule non
douloureux



Augmentation
de volume ou
gonflement du
testicule



Sensation
de lourdeur
au niveau du
testicule



Douleur au
niveau du
testicule, du
bas-ventre ou
du scrotum



Augmentation
de volume ou
douleur dans la
poitrine

