

هل تعلم؟>>

أن سرطان الخصية هو أكثر أشكال السرطان شيوعاً بين الشباب البالغين من الذكور. ولكن هناك إمكانية لبقاء معظمهم تقريبا على قيد الحياة إذا تم اكتشاف ذلك في الوقت المناسب. لذلك فمن المستحسن أن يدقق المرء على خصيتيه.



كيف تدقق على خصيتيك:

قبل أن تبدأ >> أفضل طريقة للتدقيق على خصيتيك عندما تكون واقفاً. من المستحسن أن تتواجد في مكان تشعر فيه بالدفء والاسترخاء، مثلاً في الدوش.



المرحلة 3

اضغط وحسس عبر كل خصية لوحدها. ابحث عن نتوءات أو تغيرات أو أورام. إذا اكتشفت أي شيء غير طبيعي فلا تتوانى عن - التواصل مع مركز الرعاية الطبية الذي تتبع له!



المرحلة 2

استخدم أصابع الإبهام والسبابة والوسطى في اليد الثانية



المرحلة 1

ارفع الخصية ودعها تستريح في يدك.

وفي النهاية!>>

لا يفوتك أن تفحص الخصيتين بانتظام لأن ذلك سيجعل لك معرفة كيف يكون الملمس الطبيعي ويسهل عليك اكتشاف التغيرات. تعلم المزيد على الرابط

سرطان الشباب

حملة تقوم بها جمعية سرطان الشباب (أونج كانسر)

LÄR DIG MER PÅ WWW.KOLLABOLLARNA.NU