



# KENDİ KENDİNE TESTİS MUAYENESİ

ÜROONKOLOJİ DERNEĞİ  
BÖBREK-TESTİS KANSERİ  
ÇALIŞMA GRUBU



# BİLGİLENDİRME

- Testis kanserinin tedavi edilme olasılığı oldukça yüksektir.
- Testis kanserinde erken teşhis tedaviye giden ilk adımdır.
- Testis kanserinin erken teşhisinde en önemli nokta, düzenli olarak kendi kendinize yapacağınız aylık muayenelerdir.



# BİLGİLENDİRME

- Sıcak bir banyo veya duştan sonra, testislerin üzerindeki deri daha da yumuşayacağı ve gevşeyeceği için muayene daha iyi yapılabilir.
- Muayenenin ayna karşısında yapılması önerilmektedir.



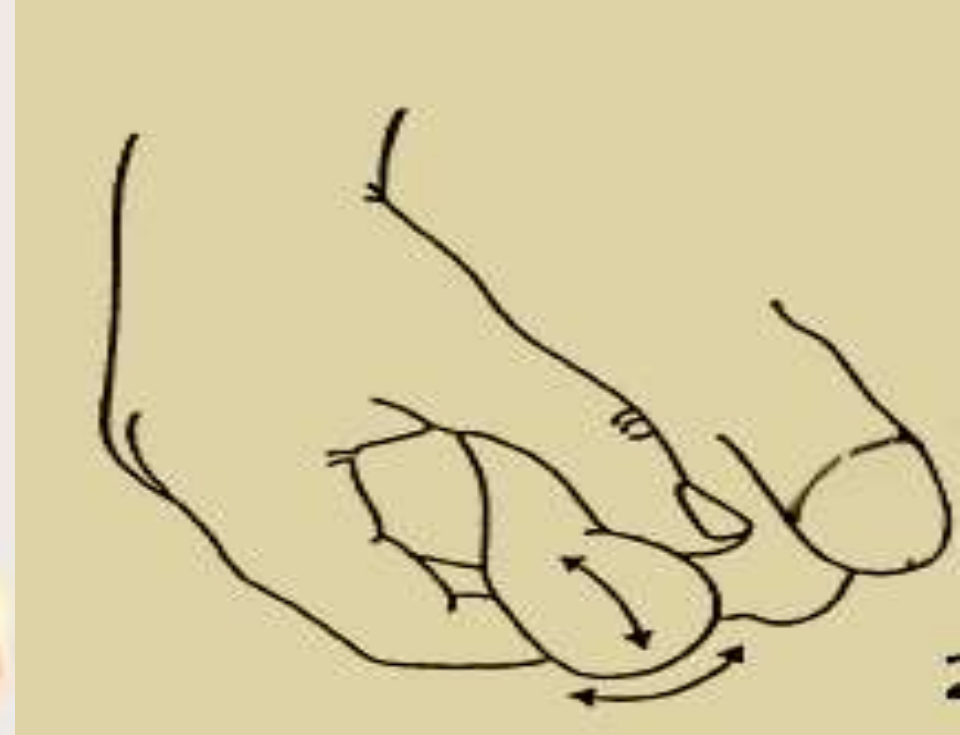
# KENDİ KENDİNE MUAYENE YÖNTEMİ

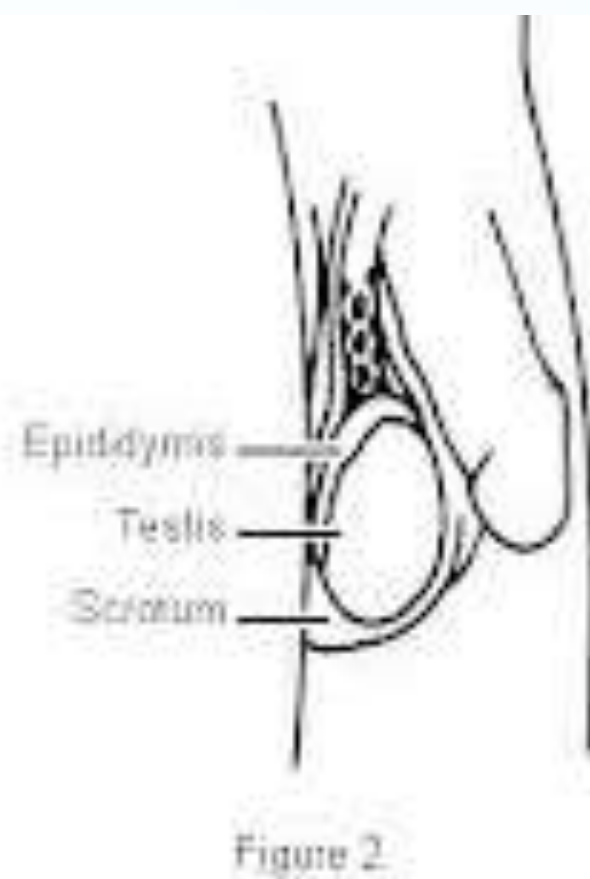
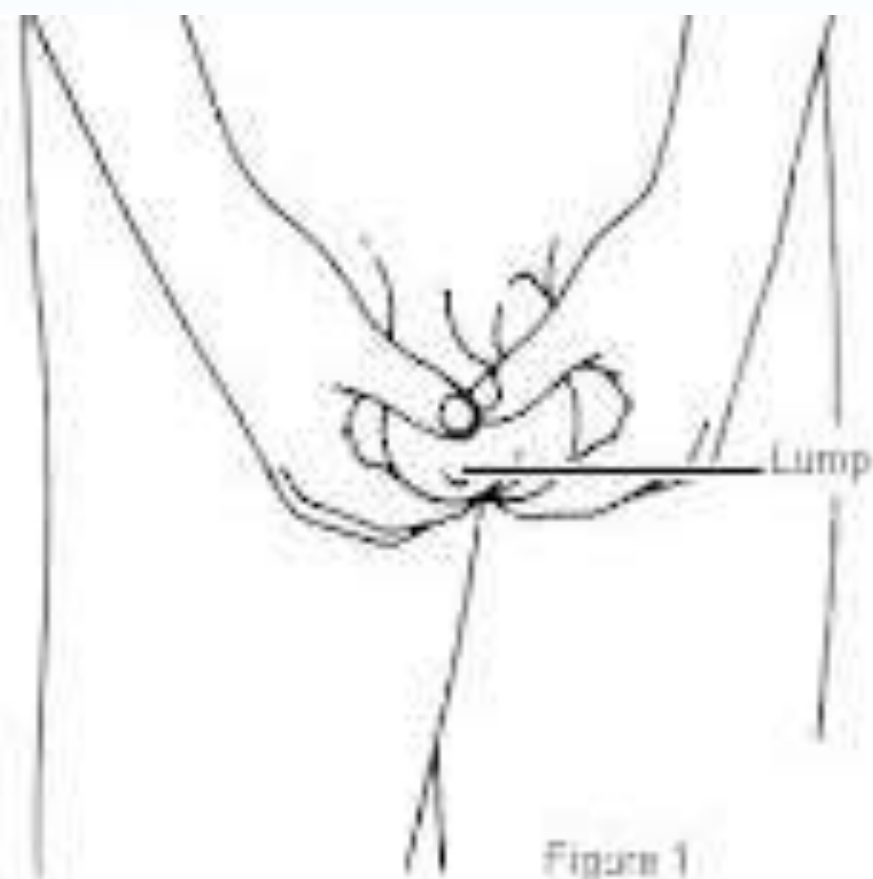
- Her bir testisinizi her iki elinizle muayene edin.
- Orta parmaklarınız testisin altında, başparmağınız üstünde olmak üzere parmaklarınız arasında testisi nazikçe çevirin.
- Bir testisiniz diğerinden hafif büyükse (özellikle sağ); bu sizi şaşırtmasın. Bu normaldir.



# KENDİ KENDİNE MUAYENE YÖNTEMİ

- Testisin üzerinde yumru olup olmadığına bakarken testisin bir önceki muayeneye göre kıyasla büyümüş, sertleşmiş veya değişmiş olup olmadığına dikkat edin.
- Spermi taşıyan ve biriktiren yumuşak ve kanallı bir yapı olan epididimi bulun. Burada ele gelen kitle olup olmadığını kontrol edin.







# DOKTORA BAŞVURMANIZ GEREKEN DURUMLAR

- Testislerin herhangi birinde elinize gelen kitle
- Testislerin herhangi birinde büyüme
- Testisleri saran kesede dolgunluk hissi ve şişkinlik
- Testislerde ağrı
- Testislerde sıvı birikimi





# KAYNAKLAR

- Üroonkoloji Derneği Çok Merkezli Çalışması  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21429771>
- Stanford Hospital Health Library  
<http://tcrc.acor.org/tcexam.html>
- Mayo Clinic Health Information  
<http://www.mayoclinic.com/health/medical/IM02157>