

Bodycheck gegen Hodenkrebs



BODYCHECK
GEGEN KREBS

**Anleitung zur
Selbstuntersuchung**



Bodycheck gegen Hodenkrebs



1. Hodensack fühlen

Hebe Hodensack und Hoden mit der geöffneten Hand leicht an. Bewege sie auf und ab.

Hoden abtasten

Lass die Hoden vorsichtig zwischen Zeige-, Mittelfinger und Daumen hin und her rollen.



3. Nebenhoden-Check

Kannst du sie ertasten? Sie liegen auf den Hoden auf und verlaufen entlang deren Rückseiten.

Blick in den Spiegel

Betrachte deinen Hodensack: Sieht etwas anders aus als sonst?



Ist dir eine Veränderung aufgefallen?

Keine Panik!

Das bedeutet nicht automatisch, dass du Krebs hast!

Unter www.bodycheck-gegen-krebs.de findest du weitere Informationen, auch zu möglichen Ansprechpersonen.

