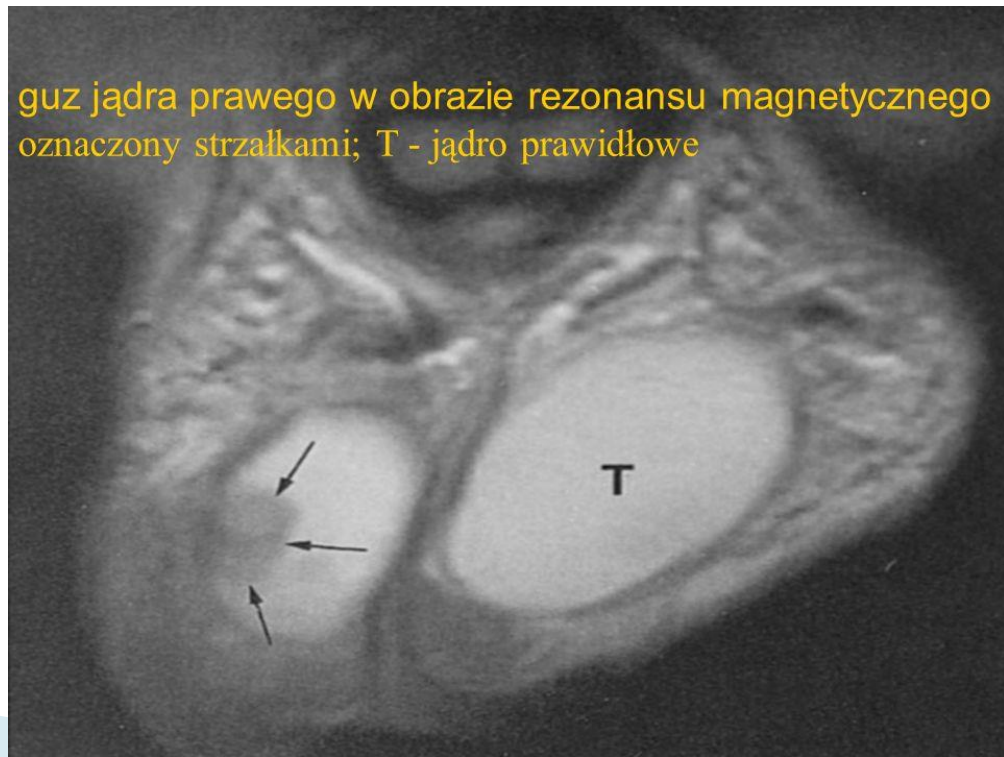
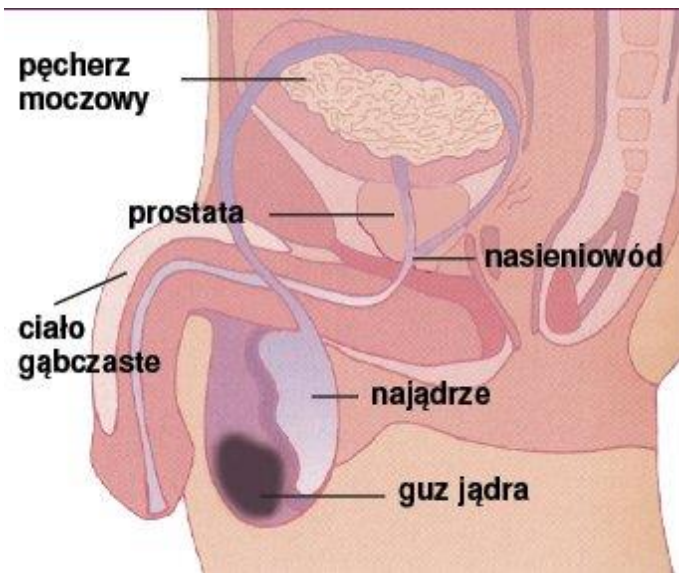


Rak jader

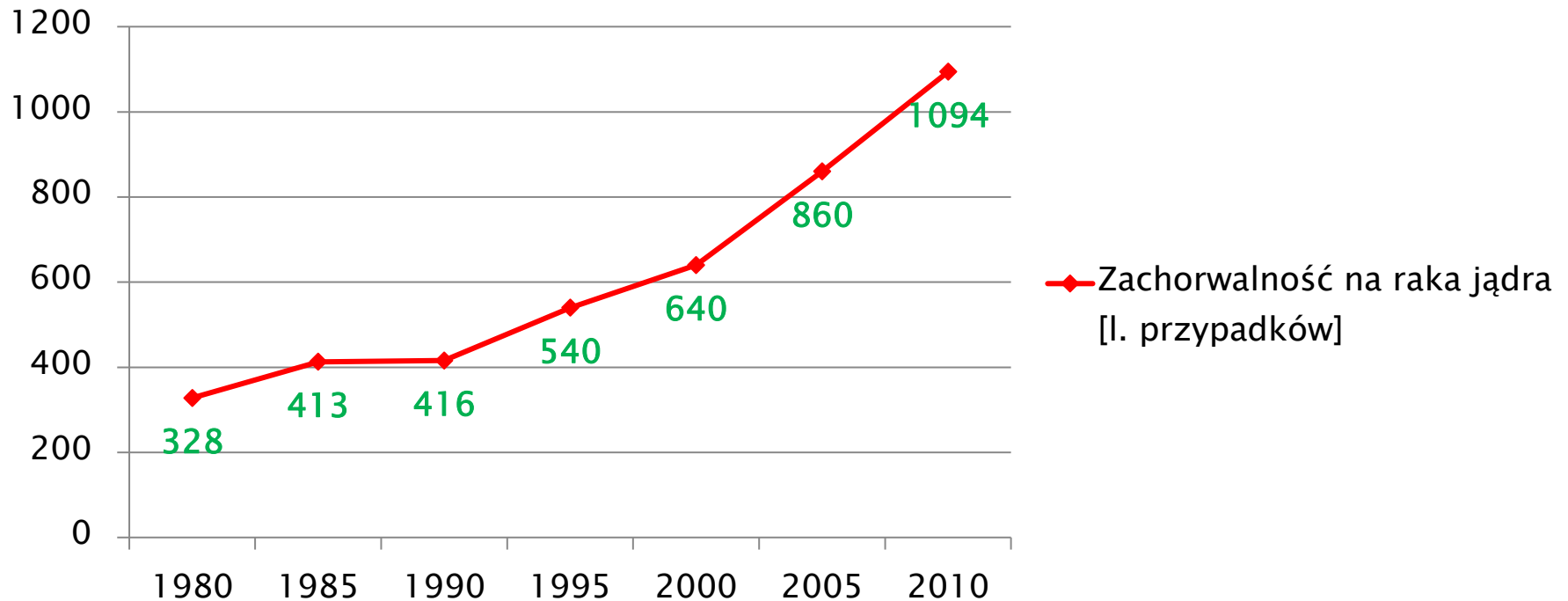
Charakterystyka

Atakuje najczęściej młodych mężczyzn w wieku 19–25 lat. Jest nowotworem w postaci guza rozwijającym się w komórkach jądra. Początkowo atakuje jedno, ale jeśli nie rozpocznie się leczenia nowotwór zajmuje również drugie jądro.



Zachorowalność w Polsce

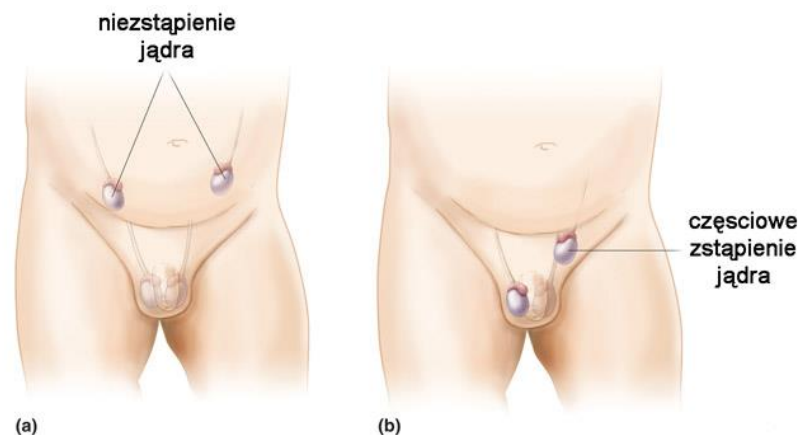
Zachorowalność na raka jądra (Polska) [l. przypadków]





Czynniki ryzyka

- ▶ Rak jądra w wywiadzie
- ▶ Rak jądra u ojca lub brata
- ▶ Wnętrostwo
- ▶ Niepłodność
- ▶ Wiele urazów jąder
- ▶ Życie na terenach o dużym zanieczyszczeniu środowiska
- ▶ Palenia tytoniu, marihuany lub stosowanie środków anabolicznych
- ▶ Powtarzające się infekcje
- ▶ Przebyta operacja przepukliny pachwinowej
- ▶ Nietypowy przebieg ciąży u matki.



Niepokojące objawy

- ▶ Wyczuwalny przez skórę moszny guzek, początkowo wielkości groszku, niebolesny, wyraźnie twardy w dotyku, nie przesuwający się pod palcami
- ▶ Pofałdowania na jądrze przypominające pestkę brzoskwini
- ▶ Zniekształcenia i zmiany w wielkości jądra
- ▶ Uczucie ciężaru w mosznie
- ▶ Ciągły, tępy ból okolic moszny lub podbrzusza
- ▶ Bolesne zmiany



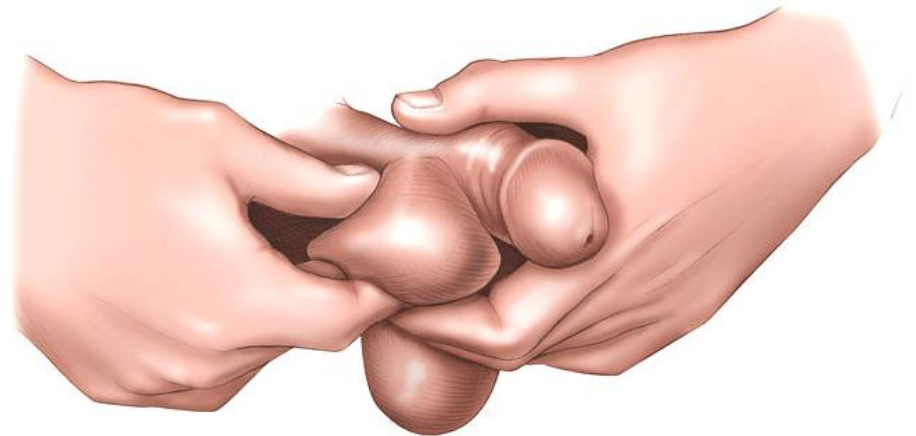
Samobadanie – KIEDY?

Badanie wykonuje się raz w miesiącu, najlepiej po ciepłej kąpieli pod prysznicem lub w wannie. Ciepło rozluźnia mięsień dźwigacz jądra przez co zawartość moszny staje się łatwiejsza do badania. Właściwie wykonane samobadanie nie zajmuje więcej niż 5 min.



Samobadanie – JAK?

- Zwracaj uwagę, czy od poprzedniego badania jądra nie zmieniły wyglądu, np. czy któreś się nie powiększyło, czy skóra nie jest napięta albo jej powierzchnia chropowata.
- Należy badać każde jądro oddzielnie.
- Badanie wykonuje się oburącz.
- Podtrzymuj jądra jedną ręką, a drugą dotykaj je dokładnie sprawdzając, czy nie ma na nich niepokojących zmian.
- Przesuwaj każde jądro pomiędzy palcami.





SAMOBADANIE JĄDER

PAMIĘTAJ ABY ROBIĆ
BADANIE RAZ W MIESIĄCU.



Gdy już sprawdzisz stan swoich jąder, miej oko na wszelkie ewentualne zmiany. Jeśli wystąpią - nie panikuj. Wystarczy, abyś jak najszybciej udał się do lekarza.

1.



ZŁAP JEDNO JĄDRO PRZY POMOCY OBU DŁONI

Najlepiej po gorącej kąpieli lub prysznicu, gdy mięśnie moszny są rozluźnione.

2.



SPRAWDŹ JĄDRO DELIKATNIE OBRACAJĄC JE POMIĘDZY KCIUKIEM A POZOSTALYMI PALCAMI

Powinno ono być gładkie. Podczas sprawdzania swoich jąder nie powinieneś odczuwać żadnego bólu.

3.



ZAPOZNAJ SIĘ Z BUDOWĄ SWOICH JĄDER

W szczególności z powrózkim nasiennym i nadjądrem.

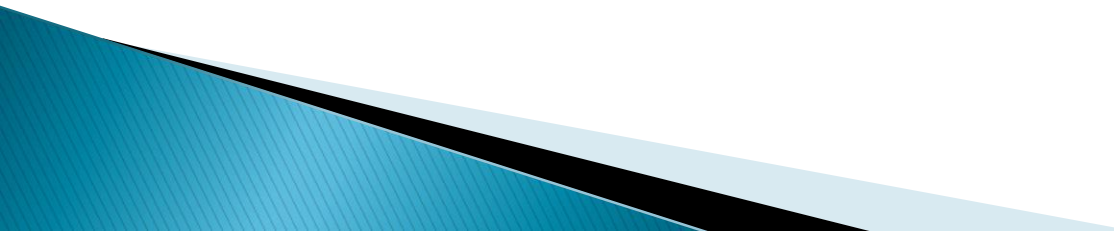
4.



SZUKAJ ZGRUBIEŃ, ZMIAN W WYGLĄDZIE

To normalne, że jedno jądro jest nieco mniejsze od drugiego.

Jeśli stwierdzisz
jakiś niepokojący
objawy – udaj się do
lekarza !



Badanie specjalistyczne

- Lekarz specjalista przeprowadzi z Tobą wywiad, a następnie wykona badanie palpacyjne (dotykając) jąder i zdecyduje czy występuje konieczność wykonania dodatkowych badań.
- Zawsze w takich wypadkach konieczne będzie USG jąder.
- Niekiedy konieczne jest również określenie stężenia specyficznych enzymów we krwi występujących przy nowotworze jądra.

Materiał przygotowany przez
mgr Ilonę Abramczyk - pielęgniarkę szkolną,
w ramach programu:

ZDROWY UCZEŃ