

## Необходимо незамедлительно обратиться к врачу, если:

- ◆ Вы не нашли одно или оба яичка
  - не опустились в мошонку.
- ◆ Определяется мягкое сплетение тонких трубочек – тяжей выше и позади яичка – это могут быть расширенные вены.
- ◆ Обнаружили «припухлость», отек мошонки, боль при пальпации – это может быть проявлением инфекции, либо водянки яичка.
- ◆ Обнаружили уплотнения или образования, размер которых варьирует от маленького (размером с горох) до довольно крупного на боковых или передней поверхности яичка, увеличенное яичко, либо другие отличия с момента последнего самообследования.

**Внезапная сильная (острая)  
боль в мошонке или яичке –  
чрезвычайная ситуация,  
необходимо немедленно  
обратиться к врачу.**



**Самообследование не заменяет осмотр специалиста. Плановый медицинский осмотр мужчинам рекомендуют проходить минимум один раз в год.**

Напечатано по материалам ГБУЗ НСО «ГП №29»

Министерство здравоохранения  
Новосибирской области  
ГКУЗ НСО «Региональный центр  
медицинской профилактики»  
<http://rcmp-nso.ru/>

# Тестикулярное самообследование



**Тестикулярное самообследование рекомендуется проводить мужчинам всех возрастов, но особенно молодым мужчинам в возрасте 15-40 лет, входящих в группу риска по развитию рака яичка. Регулярность обследования – 1 раз в месяц.**

Опухоли яичка в мире составляют 1-2% всех злокачественных новообразований у мужчин, наиболее часто встречаются в возрасте 15-44 лет и являются основной причиной смерти среди злокачественных новообразований в этой возрастной группе. Самый высокий уровень заболеваемости отмечается среди мужчин белой расы.

## **Наиболее изученные факторы риска возникновения рака яичка:**

◆ Крипторхизм (неопущение яичка). Не опустившееся в мошонку яичко увеличивает риск заболевания в 5 раз. Риск становится значительно выше (более, чем в 10 раз) у мужчин с двухсторонним крипторхизмом. До сих пор неизвестно, снижает ли ранняя хирургическая коррекция крипторхизма вероятность заболевания опухолью яичка.

◆ Изменение яичек, обусловленное воздействием вируса эпидемического паротита.

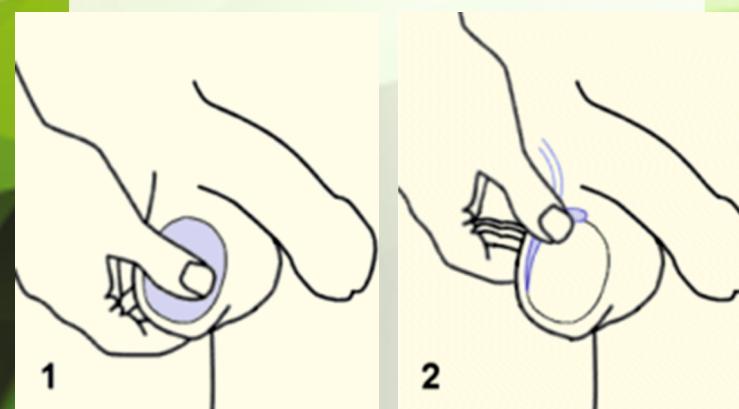
- ◆ Генетическая предрасположенность: родство увеличивает вероятность заболеть раком яичка для отцов и сыновей больных в 2-4 раза, а для братьев пациентов – в 8-10 раз по сравнению с мужской популяцией.
- ◆ Поражение яичек в период внутриутробного развития мальчика.

**Целью тестикулярного самообследования является выявление каких-либо изменений или образований мошонки или яичек.**

**1** Здоровое яичко имеет эластичную консистенцию и гладкую поверхность.

**2** Четко определяется придаток яичка (эпидидимис), который находится на верхушке и задней поверхности каждого яичка и прощупывается через кожу мошонки.

Одно яичко (обычно левое) может находиться немного ниже другого и немного отличаться по размеру. Это отличие обычно является нормой.



## **Проводить самообследование необходимо в следующем порядке:**

- ◆ Примите горячий душ или ванну, поскольку тепло расслабит мошонку и, следовательно, облегчит процедуру.
- ◆ Встаньте перед зеркалом – Вам будет удобнее обнаружить какие-либо изменения мошонки. Осмотрите мошонку со всех сторон.
- ◆ Исследуйте каждое яичко по отдельности. Указательный и средний пальцы следует разместить на задней поверхности, а большой палец – на передней поверхности яичка. Пальпируйте (ощупывайте) яичко как бы перекатывая его между пальцами, обращая внимание на наличие на поверхности каких-либо неровностей, узелков или уплотнений. В норме яичко имеет плотную консистенцию и гладкую поверхность, безболезненное.
- ◆ Большим пальцем можно определить эпидидимис (придаток яичка). Его четко выраженная продолговатая форма легко прощупывается, его нельзя путать с патологическим образованием.