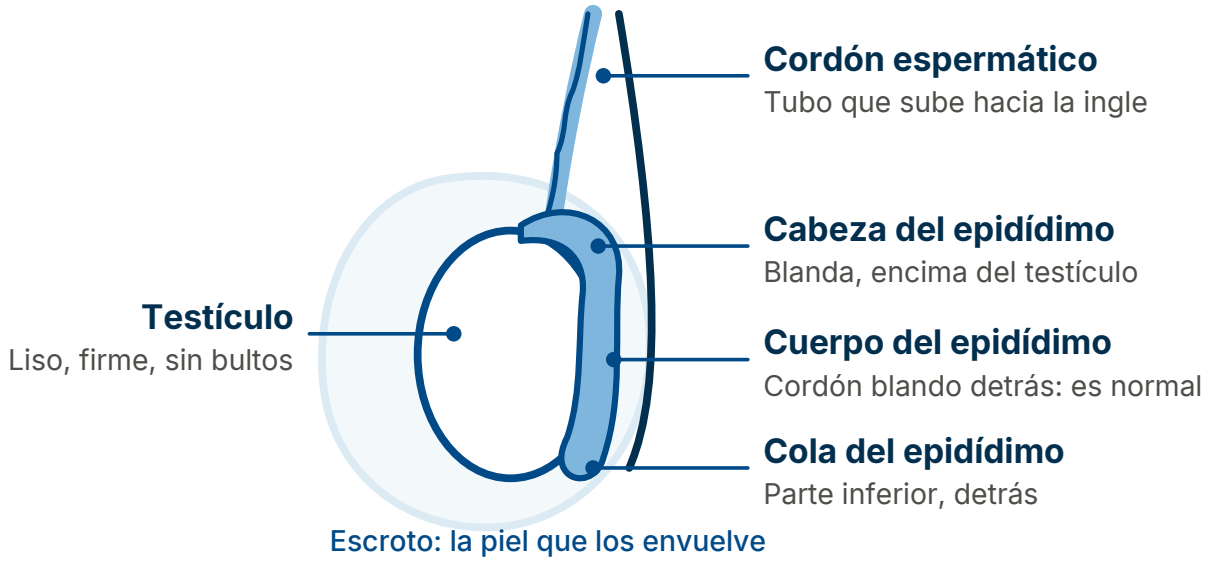
Cómo explorarse los testículos

Autoexploración testicular y escrotal

TIEMPO	FRECUENCIA	BUEN MOMENTO	SI NOTA ALGO
menos de 5 minutos	**una vez al mes o, al menos, cada 3 meses**	**durante la ducha**	**pida cita**

El cáncer de testículo es el más frecuente en hombres de 15 a 40 años y, detectado a tiempo, se cura en la gran mayoría de los casos. Explorarse con regularidad ayuda a conocer cómo son sus testículos y a notar pronto cualquier cambio.

Cómo es un testículo y qué va a notar



Cuándo

Una vez al mes o, al menos, una vez cada 3 meses. Se tarda menos de 5 minutos. **Durante la ducha** puede ser un buen momento: con el agua caliente la piel del escroto está relajada y se explora mejor.

¿Tiene dudas? Estamos para ayudarle
Cita **944 393 510** · WhatsApp **688 873 045** · gestion@urologiaclinica.biz
Urología Clínica · Hospital Universitario IMQ Zorrotzaurre
Ballets Olaeta 4, 3.ª planta · 48014 Bilbao · urologiaclinica.biz

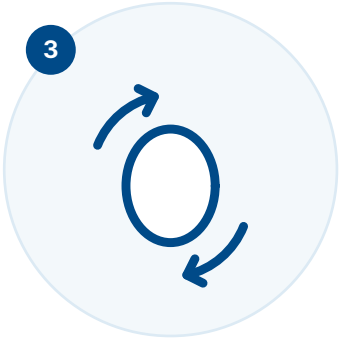
Paso a paso



Durante la ducha, fíjese si hay hinchazón o cambios en la piel del escroto



Use las dos manos para explorar un testículo cada vez: pulgares delante, índice y corazón detrás



Hágalo rodar suavemente entre los dedos, con una presión leve: debe notarse liso y firme



Detrás y encima notará el epidídimo y el cordón: son blandos y es normal



Busque bultos, zonas duras o cambios de tamaño. Que uno sea algo más grande es normal



Si nota algo nuevo, aunque no duela, pida cita

Consulte si nota

- Un bulto o una zona dura, aunque no duela.
- Un cambio de tamaño o de consistencia de un testículo.
- Sensación de peso o molestias en el escroto.
- Acumulación de líquido en el escroto.

Urgencia: un dolor brusco e intenso en un testículo, sobre todo en jóvenes, puede ser una torsión. Acuda a urgencias sin esperar.

Estos consejos son generales. Su urólogo puede adaptarlos a su caso. Si tiene dudas, pregúntenos.

¿Tiene dudas? Estamos para ayudarle
Cita **944 393 510** · WhatsApp **688 873 045** · gestion@urologiaclinica.biz
Urología Clínica · Hospital Universitario IMQ Zorrotzaurre
Ballets Olaeta 4, 3.ª planta · 48014 Bilbao · urologiaclinica.biz

Véalo en la web