

Je me  
tâte



LEMAHIEU !



# SAVOIR PALPER SES TESTICULES correctement!!



1 L'autopalpation se pratique de préférence après la douche ou le bain, pour que la peau des bourses soit assouplie.



2 Devant un miroir, commencer l'autopalpation en faisant rouler lentement la glande entre le pouce (au-dessus) et les 4 doigts de la main (sous le testicule).



3 Il est normal qu'un testicule soit plus gros que l'autre, mais aussi de sentir sur le dessus de chaque testicule une petite formation allongée que l'on appelle l'épididyme.



4 Si l'examen met en évidence une masse dure et irrégulière à l'intérieur de la glande ou que le testicule augmente de volume, une consultation médicale est recommandée.

L'AUTOPALPATION PEUT  
vous  
sauver la vie!!