

# Autopalpazione del Testicolo

Il tumore del testicolo rappresenta l'1-2% di tutti i tumori dell'uomo ma nella fascia d'età **15 – 35 anni** è il tumore solido più frequente nel maschio!

Riconoscere tempestivamente i sintomi di una probabile neoplasia testicolare è fondamentale per garantire una completa e rapida guarigione.

Il metodo migliore e più efficace è l'**autopalpazione**. Questa tecnica andrebbe eseguita almeno una volta ogni due mesi o ogni mese in caso in cui ci sia storia clinica di criptorchidismo (testicoli ritenuti) da bambino.

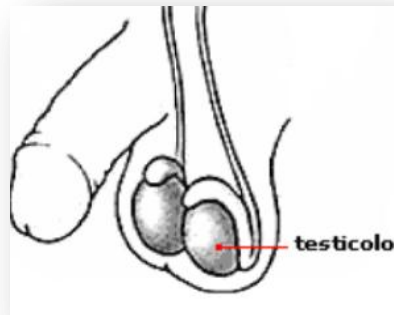
L'autopalpazione andrebbe eseguita davanti ad uno specchio, in modo da avere coscienza della normale morfologia scrotale e valutarne eventuali cambiamenti nel tempo. Il momento migliore è dopo una doccia calda, quando lo scroto è deteso e la palpazione più agevole. Rigonfiamenti e asimmetrie scrotali marcate sono frequentemente manifestazione di patologie benigne come varicocele, idrocele o ernia inguinale, tutte condizioni benigne! E' bene ricordare che avere i testicoli non allineati può anche essere una condizione normale e fisiologica.

Dietro al testicolo è presente l'epididimo, spesso in corrispondenza di questo si possono riscontrare masse tondeggianti non dure di qualche millimetro ma si tratta di semplici cisti.

Fate attenzione a palpare il testicolo disponendo l'indice ed il medio nella zona inferiore e il pollice in quella superiore. Muovete le dita con un delicato movimento rotatorio in modo da controllare la superficie esterna che deve risultare liscia, uniforme e di consistenza elastica. La palpazione non deve dare dolore. Il dolore durante la palpazione o l'assenza di sensibilità devono essere comunicate al proprio medico. Allo stesso modo, il riscontro di masse irregolari sulla superficie del testicolo possono essere un campanello di allarme.

Sia che si riscontri una strana protuberanza superficiale, che una strana consistenza interna bisogna **immediatamente** chiedere il consulto di un urologo. Sarà l'urologo a pianificare, se necessario, il successivo iter clinico.

Se, invece, non si riscontra nulla a livello superficiale ma si nota che un testicolo è più grande dell'altro non bisogna necessariamente allarmarsi, sempre che la differenza non sia eccessiva o che non sia insorta recentemente.



Come effettuare una manovra corretta:

- 1) Prendere il testicolo nel palmo delle mani, uno alla volta. I

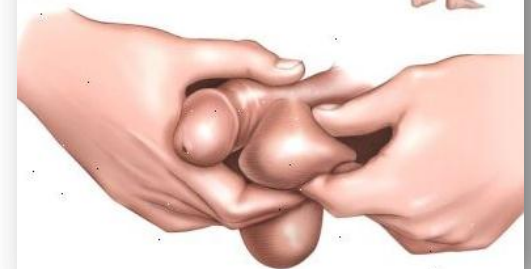
- testicoli possono non essere della stessa grandezza;
- 2) Esplorare delicatamente il testicolo tra pollice, indice e medio con entrambe le mani;
- 3) Cercare noduli duri, gonfiori morbidi o tondeggianti, diversa tessitura della superficie testicolare. Ogni anomalia deve essere immediatamente riferita al medico;
- 4) La manovra deve essere effettuata almeno una volta a bimestre, una volta a mese nei soggetti che hanno storia clinica di criptorchidismo;
- 5) Il momento migliore è dopo un bagno caldo, quando cioè il sacco scrotale è rilassato;
- 6) "Avere confidenza con il proprio corpo"!!! La palpazione costante e regolare potrà consentire una diagnosi precoce del tumore del testicolo.

- CONTROLLARE UN TESTICOLO PER VOLTA

- INDICE E MEDIO NELLA ZONA INFERIORE, IL POLLICE SUL VERSANTE SUPERIORE

- ESPLORARE DELICATAMENTE CON MANOVRE ROTATORIE

- SE NOTI AREE SOSPETTE CONTATTA IL TUO MEDICO!!!





**LILT**

**sezione provinciale di Terni**

**Viale Trento n. 50**

**tel 0744 431220**

**info@legatumoriditerni.it**

**www.legatumoriditerni.it**



FONDAZIONE  
CASSA DI RISPARMIO  
DI TERNI E NARNI

**sostiene la LILT sede di Terni**



**Non**

**facciamocene**

**un baffo!!**



**tumore del  
testicolo**

**prevenire è vivere**