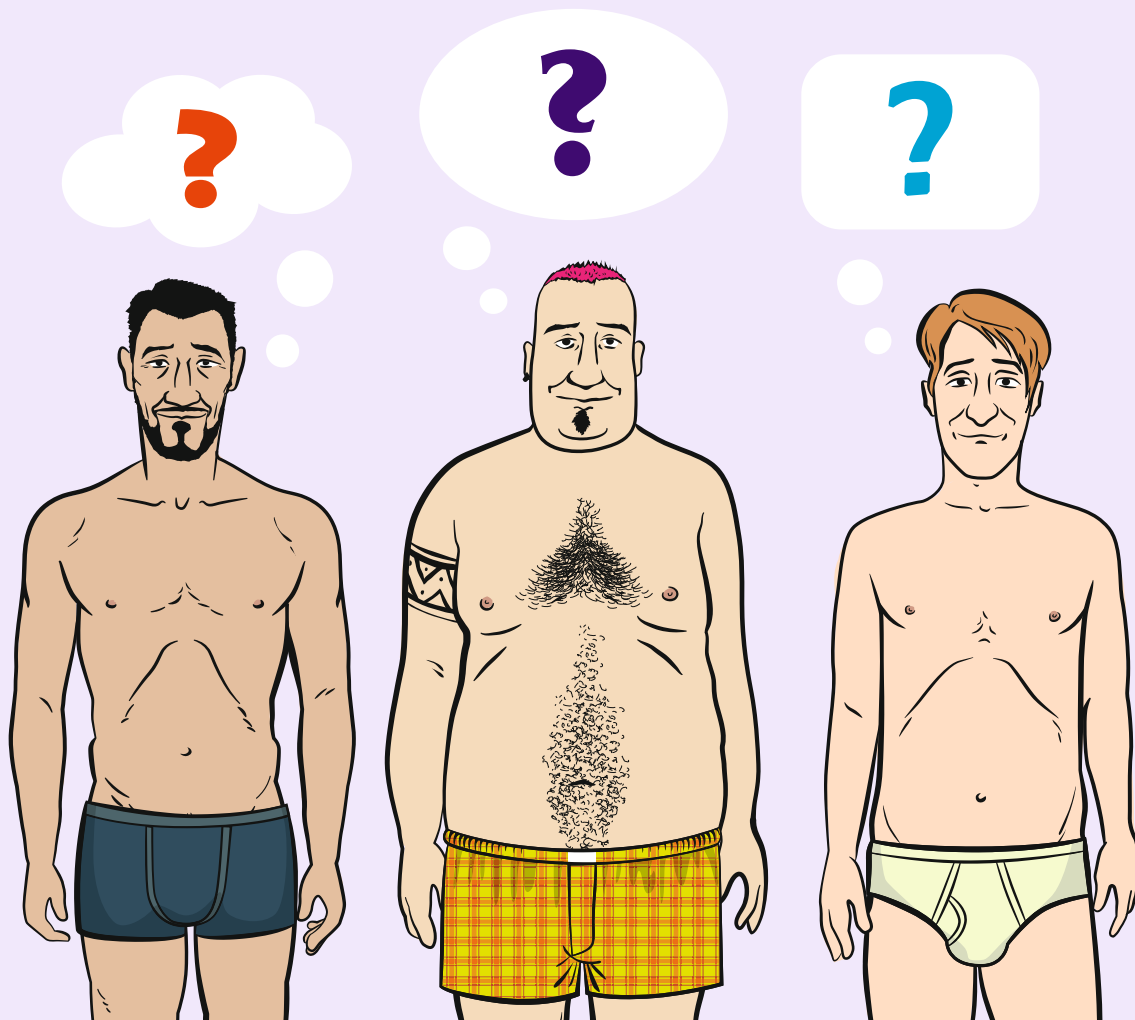


„Check your balls!“



**Wie erkenne ich Hoden-Krebs?
Wie untersuche ich meine Hoden?
Mein Ziel: gesund bleiben!**



Impressum

Ein gemeinsames Projekt des Krebsverbandes Baden-Württemberg e.V. und des Landesverbandes für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung Baden-Württemberg e.V.

Herausgeber



Adalbert-Stifter-Straße 105
70437 Stuttgart
Telefon 0711 848 10770
Telefax 0711 848 10779
E-Mail info@krebsverband-bw.de
Internet www.krebsverband-bw.de



Am Mühlkanal 25
70190 Stuttgart
Telefon 0711 505 3989 0
Telefax 0711 505 3989 99
E-Mail info@lvkm-bw.de
Internet www.lvkm-bw.de

Redaktion

Ulrika Gebhardt, Jutta Pagel-Steidl, Nina Stockinger

Übersetzung in Leichte Sprache

Sebastian Fuchs und Jutta Pagel-Steidl,
geprüft von Peter Maier und Patrick Thurn

Satz, Gestaltung und Illustrationen

Kreativ plus GmbH Stuttgart – www.kreativplus.com

Unterstützt durch das Ministerium für Soziales und
Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg

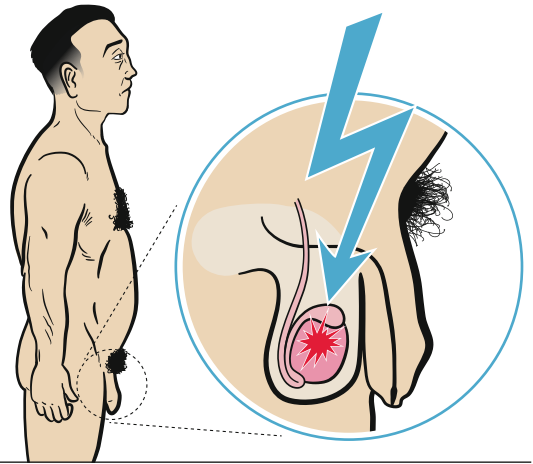


Stuttgart, April 2020
1. Auflage

©2020 Landesverband für Menschen mit Körper-
und Mehrfachbehinderung Baden-Württemberg e.V.
Alle Rechte vorbehalten. All rights reserved.

Gut zu wissen ...

Krebs ist eine gefährliche Krankheit.
Es wächst ein Tumor im Körper.
Ein Tumor ist ein Haufen
aus vielen kranken Einzel-Teilen.
Ein Tumor wird immer größer,
weil die Einzel-Teile
sehr schnell wachsen.



In diesem Heft steht:
Wie erkenne ich Hoden-Krebs?
Wie untersuche ich meine Hoden?
Mein Ziel: gesund bleiben!



Unser Tipp:
Reden Sie mit einer Vertrauens-Person,
wie man den Hoden selbst untersucht.
Gehen Sie zum Arzt,
wenn Sie etwas bemerkt haben
oder etwas weh tut.

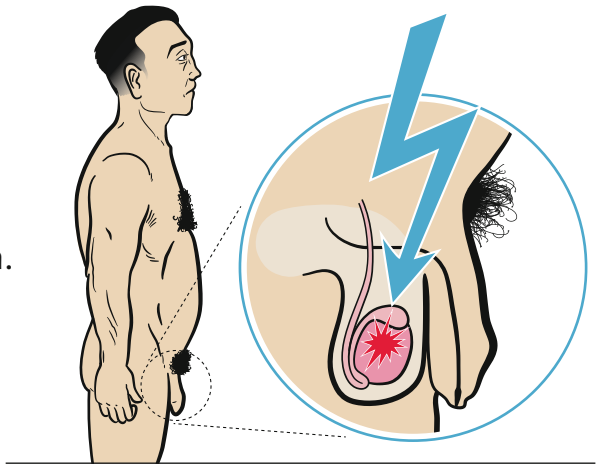


Wie Sie Ihre Hoden untersuchen

Eine häufige Krebs-Art ist Hoden-Krebs.
Für Männer zwischen 15 und 45 Jahren
gibt es keine Früh-Erkennungs-Untersuchung für Hoden-Krebs.

Deshalb ist es wichtig,
dass Sie
die Hoden selbst untersuchen.

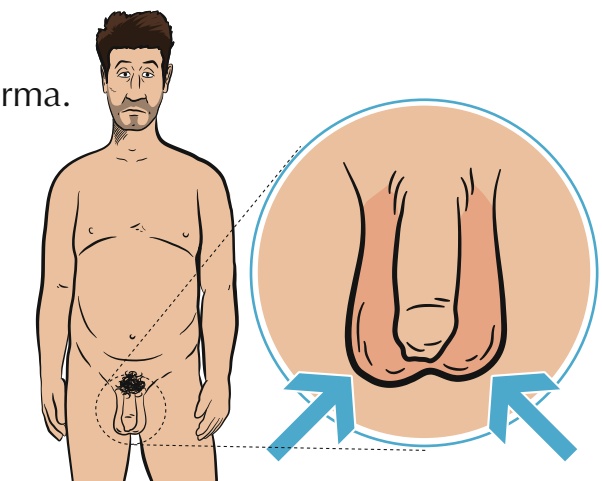
Das heißt:
Sie müssen die Hoden abtasten.



Jeder Mann hat 2 Hoden.
Im Hoden sind Samen und Sperma.

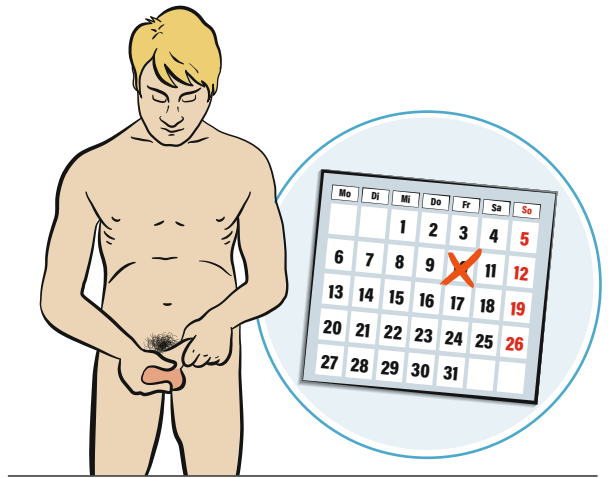
Die Hoden
sind im Hoden-Sack.

Der Hoden-Sack
ist hinter dem Penis.



Tasten Sie den Hoden ab.
1 Mal im Monat.

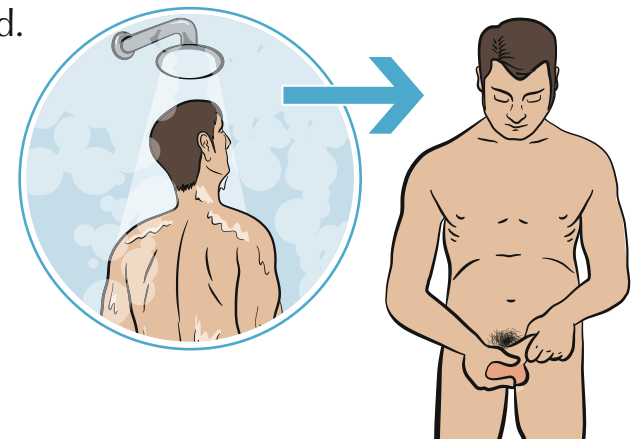
Achten Sie auf etwas Hartes,
zum Beispiel:
1 Knoten
oder 1 kleine Beule.



Wenn man Hoden-Krebs
früh merkt,
kann man etwas dagegen tun.
Dann kann man oft
wieder gesund werden.



Tasten Sie den Hoden ab.
Nach einer warmen Dusche.
Oder nach einem warmen Bad.
Dann kann man
den Hoden gut tasten.
Das ist einfach,
wenn man steht.
Oder wenn
man auf dem Rücken liegt.
Trocknen Sie sich vorher ab.

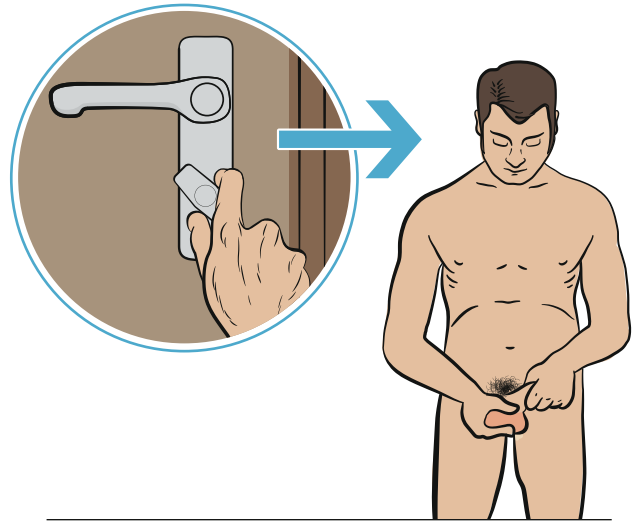


Machen Sie die Tür zu.
Damit niemand stört.
Damit niemand zuschaut.

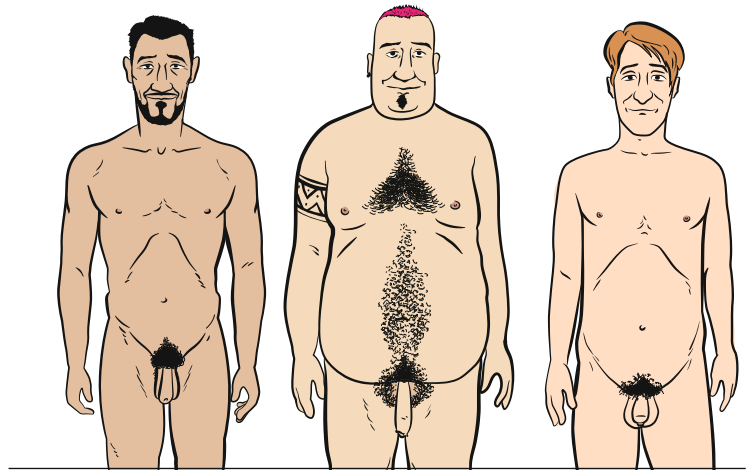
Tasten Sie den Hoden ab.

Wenn Sie
das nicht allein können,
lassen Sie sich helfen.

Zum Beispiel:
von einer Vertrauens-Person.



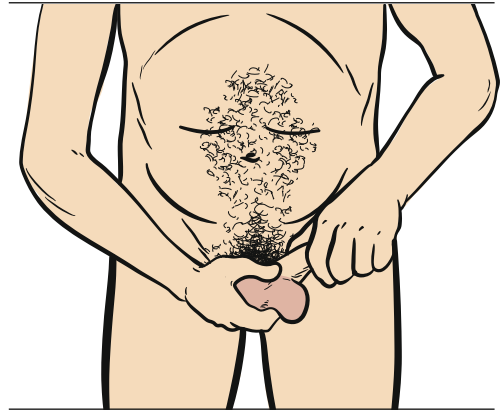
Jeder Mann
sieht anders aus.
Das ist normal.



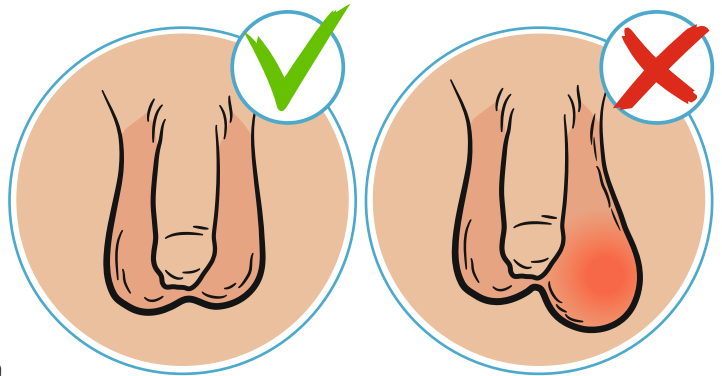
Tasten Sie den Hoden
mit der geöffneten Hand
von unten ab.
So merken Sie,
wie groß der Hoden ist.
Und wie schwer der Hoden ist.



Tasten Sie jeden Hoden extra ab.
Rollen Sie den Hoden
zwischen Daumen und Finger
hin und her.
Rollen Sie dann den anderen Hoden
zwischen Daumen und Finger
hin und her.

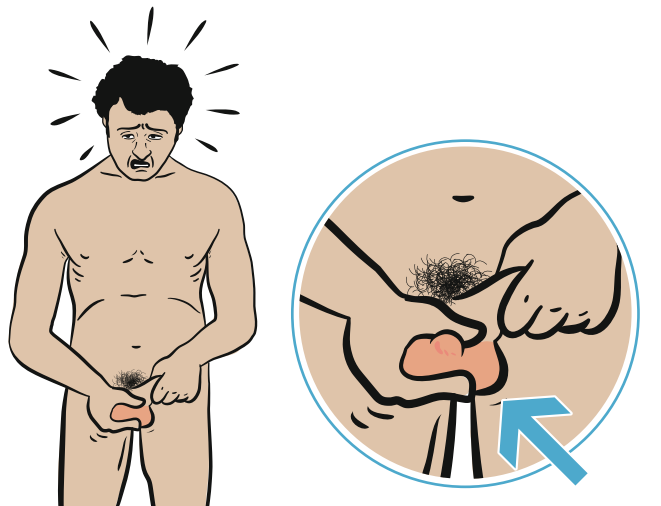


Beide Hoden
sollen gleich groß
und gleich schwer sein.



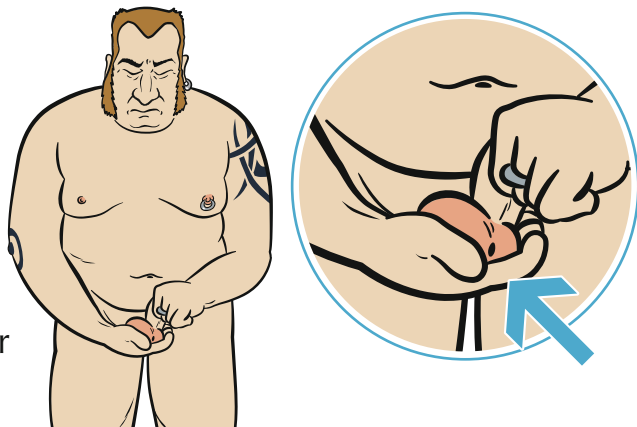
Vielleicht
fühlt sich etwas anders an.

Zum Beispiel:
etwas Hartes.
1 Knoten.



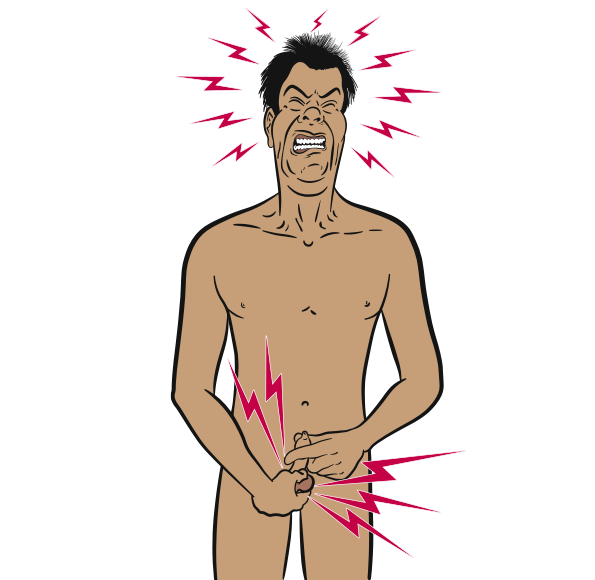
Vielleicht
fühlt sich etwas anders an.

Zum Beispiel:
1 kleine Beule.
Oder ein Hoden ist viel größer
als der andere Hoden.



Vielleicht
fühlt sich etwas anders an.

Zum Beispiel:
Es tut weh,
wenn Sie den Hoden anfassen.



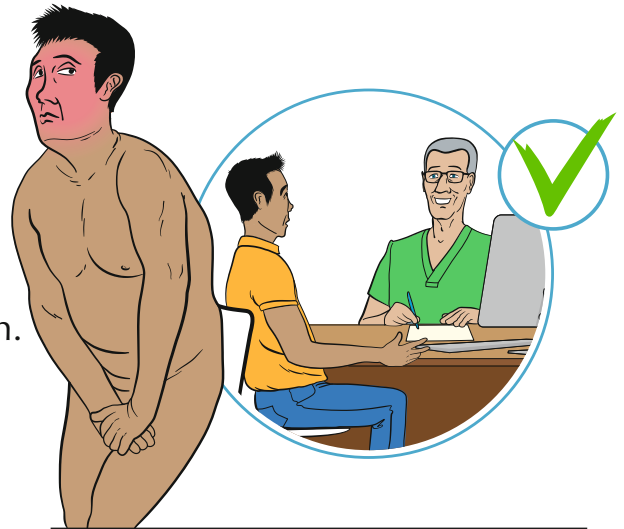
Gehen Sie sofort zum Arzt.

Zum Beispiel:
Wenn Sie etwas Hartes fühlen.
Oder ein Hoden viel größer ist
als der andere Hoden.
Oder es weh tut,
wenn Sie den Hoden anfassen.
Oder
wenn sich etwas verändert hat.



Sagen Sie dem Arzt direkt,
was Sie bemerkt haben.
Oder was Ihnen weh tut.

Das ist wichtig,
damit der Arzt Ihnen helfen kann.
Sie müssen sich nicht schämen.
Das ist nicht peinlich.



Wenn Sie nicht alleine
zum Arzt gehen wollen,
nehmen Sie eine
Vertrauens-Person mit.

Unser Tipp:
Sie finden eine
barriere-freie Arzt-Praxis im Internet:
www.arztsuche-bw.de
Klicken Sie auf „zur erweiterten Suche“.
Klicken Sie auf „Sonstige Praxismerkmale“.



Wichtig ist:
Sie entscheiden,
ob ein Mann
oder eine Frau Sie untersuchen soll.

Deshalb überlegen Sie,
bevor Sie eine Arzt-Praxis suchen
und einen Termin machen:

Ist es Ihnen lieber,
wenn ein Mann Sie untersucht?
Ist es Ihnen egal,
ob ein Mann
oder eine Frau Sie untersucht?

Blieben Sie gesund!



Informationen



Adalbert-Stifter-Straße 105

70437 Stuttgart

Telefon 0711 848 10770

Telefax 0711 848 10779

E-Mail info@krebsverband-bw.de

Internet www.krebsverband-bw.de



Am Mühlkanal 25

70190 Stuttgart

Telefon 0711 505 39 89-0

Telefax 0711 505 39 89-99

E-Mail info@lvkm-bw.de

Internet www.lvkm-bw.de

Facebook www.facebook.com/lvkm-bw

Youtube [https://www.youtube.com/channel/
UCtUkzc4GyQqnH99gETdzlFw](https://www.youtube.com/channel/UCtUkzc4GyQqnH99gETdzlFw)

Skype lvkm-bw





KREBSVERBAND
BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.



Landesverband für
Menschen mit Körper-
und Mehrfachbehinderung
Baden-Württemberg e.V.