

*Máte to
ve svých
rukou*



© Státní zdravotní ústav, 2024.
Vydáno za finanční podpory MZ ČR.

Jak na to...

1× za 4 týdny

**provádějte samovyšetření
po osprchování teplou vodou
nebo po koupeli.**

Šourek je uvolněný a vláčný.



1. Postavte se před zrcadlo
a **POZORUJTE**,
zda neuvidíte nápadnou změnu
velikosti a tvaru varlat
(jedno varle je přirozeně větší
a je uloženo níže).



2. Varle uchopte do obou rukou tak,
aby bylo podloženo zespodu prsty
(ukazováky a prostředníky) a palce
mějte na jeho přední straně.
Jemným krouživým pohybem
palců a prstů **PROHMATÁVEJTE**
povrch celého varlete. Stejně
tak postupujte u druhého varlete.



**V případě, že jste nahmatali hrbolek
či bulku, máte bolesti v tříslech,
pocit těžkosti ve varleti nebo cítíte
bolest při dotyku, navštivte svého
praktického lékaře či urologa.**