

## HODENKREBS-VORSORGE

Selbst ist der Mann, auch im Kampf gegen Hodenkrebs. Auffälligkeiten, die auf einen Tumor hindeuten, können Sie durch regelmäßiges Abtasten Ihrer Hoden schnell und einfach feststellen. „Regelmäßig“ bedeutet „einmal im Monat“, am besten an einem festgelegten Tag nach einer warmen Dusche oder einem Bad.

### 1. Auf- und abheben

So bekommen Sie ein Gefühl für Größe und Gewicht.



### 2. Hin- und herrollen

So können Sie Unebenheiten ertasten.



**3. Achtung:** An der Hodeninnenseite liegt der sichelförmige Nebenhoden.

Verwechseln Sie ihn nicht mit einem Knoten!



### 4. Vor dem Spiegel prüfen.

So können Sie einseitige Unterschiede schnell erkennen.

## SIE BENÖTIGEN WEITERE INFORMATIONEN ÜBER HODENKREBS?

**BKK RWE Hauptverwaltung**  
Welfenallee 32  
29225 Celle  
T +49 5141 9466 - 0  
F +49 5141 9466 - 599

**Geschäftsstelle Bergheim**  
Humboldtstr. 4-6  
50126 Bergheim  
T +49 2271 7648 - 0  
F +49 2271 7648 - 29

**Geschäftsstelle Dortmund**  
Lindemannstr. 77  
44137 Dortmund  
T +49 231 138509 - 66  
F +49 231 138509 - 88

**Geschäftsstelle Trier**  
Eurener Str. 33  
54294 Trier  
T +49 651 998673 - 0  
F +49 651 998673 - 29

Service-Nummer  
0800 / 80 100 40  
kostenfrei

E [info@bkkewe.de](mailto:info@bkkewe.de)  
I [www.bkkewe.de](http://www.bkkewe.de)

Rechtsstand 01/06/2012

## PACK'S AN, MANN!

Vorsorge kann jeder selbst in die Hand nehmen. Ex-Fußball-Nationalspieler Jimmy Hartwig hat Hodenkrebs erfolgreich bekämpft und fordert: „Pack's an, Mann!“

**VORWEG GEHEN**  
FÜR IHRE GESUNDHEIT.



## WAS IST HODENKREBS?

Hodenkrebs ist ein bösartiger Tumor, an dem vor allem junge Männer zwischen 20 und 40 Jahren erkranken können. In Deutschland werden jedes Jahr rund 4.800 neue Fälle von Hodenkrebs diagnostiziert.

## WIE GUT SIND DIE HEILUNGSCHANCEN?

Die Chancen einer vollständigen Heilung, also ohne Verlust des betroffenen Hodens und der Zeugungsfähigkeit, sind glücklicherweise sehr hoch, wenn der Hodenkrebs in einem frühen Stadium erkannt und behandelt wird.

Wird der Krebs jedoch erst im fortgeschrittenen Stadium entdeckt, sinkt die Heilungsrate rapide. Nur 50% dieser Patienten können dann ohne Folgeerscheinungen wie zum Beispiel Hodenverlust geheilt werden. Wird die Erkrankung überhaupt nicht behandelt, führt sie unweigerlich zum Tod.

### Wer ist Hodenkrebs gefährdet?

Die Ursachen für Hodenkrebs sind noch nicht endgültig erforscht. Es existieren jedoch statistische Erfahrungswerte und medizinische Erkenntnisse darüber, welche Männer zur Hodenkrebs-Risikogruppe zählen.

Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit „Ja“ beantworten, besteht für Sie eine erhöhte Wahrscheinlichkeit an Hodenkrebs zu erkranken:

- Hatten Sie im Kindesalter Hodenhochstand? Es ist unerheblich, ob der Hochstand behoben wurde oder nicht.
- Hatten Ihr Großvater, Vater oder einer Ihrer Brüder einen Hodentumor?
- Haben Sie bereits selbst an einem Hodentumor gelitten? Bei etwa 5% aller ehemaligen Hodenkrebspatienten erkrankt auch der andere Hoden.
- Hat Ihre Mutter während der Schwangerschaft mit Ihnen östrogenhaltige Medikamente eingenommen?

## WELCHE WARNSIGNALE GIBT ES?

Ihr Körper kommuniziert ständig mit Ihnen. Er warnt Sie frühzeitig, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Auch bei einem Hodentumor. Es ist daher lebenswichtig, dass Sie die Warnsignale Ihres Körpers wahrnehmen und verstehen.

Bei folgenden Auffälligkeiten sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen:

- Einseitige Schwellung oder Vergrößerung
- Schweregefühl oder Ziehen im Hoden
- Veränderung der Konsistenz
- Gefühlsveränderung oder dumpfer Schmerz im Hoden
- Flüssigkeitsansammlung im Hoden
- Kleiner, harter und schmerzloser Knoten im Hoden
- Ein- oder beidseitig angeschwollene oder schmerzhafte Brustdrüsen

Kurzanleitung zur Selbstuntersuchung:  
Die Duschkarte können Sie kostenlos bei uns anfordern.