

# EXAMINEZ VOTRE PAIRE

## MODE D'EMPLOI

Le cancer testiculaire est le cancer le plus fréquent chez les jeunes hommes.  
Apprenez à connaître vos testicules en les examinant environ tous les mois en trois étapes simples.



### **1. PRENDRE UNE DOUCHE**

Une douche chaude aide à détendre vos testicules.



### **2. ROULER**

Faites rouler un testicule entre le pouce et les doigts. Vérifiez si vous ressentez de la douleur ou si quelque chose a changé.



### **3. RÉPÉTER**

Répétez avec l'autre testicule.

Chaque testicule est unique. Apprendre à connaître les vôtres veut dire que si vous ressentez de la douleur ou si quelque chose a changé, vous savez qu'il ne faut pas paniquer. Mais plutôt prendre rendez-vous avec votre médecin et les faire examiner.