

A close-up photograph of a person's waist. They are wearing a white t-shirt and blue denim jeans. Their hands are positioned on either side of a yellow sticky note, with their index fingers pointing towards the text on the note. The background is a soft, out-of-focus grey.

**AUTO EXAMEN
DES
TESTICULES**

Prenez soin de vous :
Palpez-vous !

LE CANCER DU TESTICULE

DEFINITION

Le **cancer du testicule** est un cancer qui se développe à partir de cellules germinales, à l'origine des gamètes (spermatozoïdes). Ce cancer reste de **bon pronostic**, y compris en cas de métastases.

On le diagnostique le plus souvent suite à l'apparition d'une masse découverte par autopalpation ou décelée par le médecin. Seuls des examens complémentaires permettent de déterminer la nature exacte de cette masse et savoir s'il s'agit d'un cancer ou non.

FACTEURS DE RISQUE

- **Défaut de la migration d'un testicule** (parfois les deux) : la cryptorchidie.
Le testicule partant de l'abdomen ne descend pas jusque dans la bourse lors de la vie fœtale. Cela nécessite une intervention chirurgicale. Attention : cela ne signifie pas que vous allez forcément développer un cancer et ne nécessite pas de suivi particulier. Si vous suspectez une masse sur l'un de vos testicules, parlez-en à votre médecin en mentionnant que vous avez été traité pour une cryptorchidie.

- **Un précédent cancer du testicule**

D'autres facteurs sont encore à l'étude comme l'exposition à des produits chimiques, à des pesticides ou encore la consommation de cannabis, mais sans résultat probant à ce jour.

SYMPTÔMES

- **Au niveau du testicule :**
 - masse palpable qui ne régresse pas, dure au toucher et le plus souvent indolore
 - sensation de lourdeur, une gêne qui persiste
 - gonflement soudain
- **Autres signes plus rares :**
 - gynécomastie* (développement des seins chez l'homme)
 - douleurs dans le dos ou sur le flanc
 - amaigrissement
 - difficultés à respirer
 - apparition d'une masse



*Attention : la gynécomastie n'est pas nécessairement provoquée par un cancer.

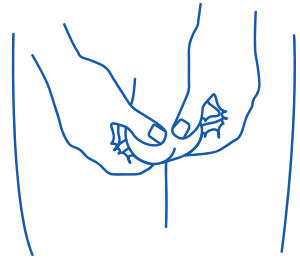
L' AUTO EXAMEN DES TESTICULES

COMMENT S'AUTOPALPER ?

L'auto-examen des testicules est recommandé une fois par mois à partir de l'âge de 14 ans, idéalement après une douche chaude pour détendre les bourses : la chaleur fait s'affaïsser le testicule de manière détendue et la peau est plus douce. Ceci facilite leur palpation.

Un testicule peut être un peu plus grand que l'autre : c'est normal.

- Placez-vous devant un miroir et examinez si les testicules présentent des altérations visibles telles qu'un gonflement ou des nodules apparents.
- Palpez le testicule délicatement avec les deux mains. Les index et les majeurs sont placés derrière le testicule, les pouces reposent sur l'avant du testicule.
- Faites rouler le testicule légèrement entre les doigts de gauche à droite et de droite à gauche.
- Recommencez avec l'autre testicule.



Restez
attentif à vos
sensations

Je cherche :
quelque chose d'anormal
ou d'inhabituel, comme une
asymétrie, une grosseur,
ou si c'est plus sensible que
d'habitude

Anomalies repérables :

- Augmentation de volume douloureuse d'un testicule
- Nodules palpables dans l'un des deux testicules
- Sensation de lourdeur ou élancements dans le testicule
- Sensibilité au toucher d'un testicule
- Accumulation de liquide dans le scrotum
- Écoulement provenant du pénis
- Présence de sang dans le sperme

*Lors de cet auto-examen, il est normal de sentir sur le dessus de chaque testicule une petite formation allongée : l'**épididyme**, un canal qui contient des spermatozoïdes.*

**Si vous détectez l'une de ces anomalies,
prenez rendez-vous avec votre médecin traitant.**

QUELQUES INFORMATIONS SUR LE CANCER DES TESTICULES

2 700 cas diagnostiqués chaque année

Plus fréquent chez les **15 à 35** ans

86 décès liés aux cancers des testicules

On peut
le guérir
dans

9 cas sur
10

Source : Santé publique France - Avril 2021

Le saviez-vous ?

Plus un cancer du testicules est découvert tôt, mieux il se traite et meilleures sont les chances de guérison ! D'ailleurs, il est plutôt rare, mais il reste tout de même la forme de cancer la plus fréquente chez les hommes de 15 à 35 ans.

A qui poser vos questions ?

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à consulter un médecin.

Le saviez-vous ?

Alors que 52% des cancers sont diagnostiqués chez les hommes chaque année, ces derniers sont moins nombreux que les femmes à participer aux campagnes de dépistage et plus globalement à prendre soin d'eux.

Vous êtes la personne qui connaît le mieux votre corps : écoutez le !

POUR EN SAVOIR +

Flashez ce QR code pour être redirigé vers notre site web.



Des questions sur nos actions ?
Contactez-nous au **03 87 18 92 96**

