**Самообследование молочных желез**

**Самообследование мошонки**

Процедуру проводят после ванны или душа, стоя:

* взять мошонку одной рукой и нащупать яичко;
* пальцами свободной руки исследовать поверхность тестикулы;
* повторить с другой стороны.

На ощупь здоровый орган плотный и гладкий, но не жесткий. Поверхность его не имеет неровностей, флюктуаций, уплотнений и т. п. При самообследовании может обнаружиться, что размер яичек слегка отличается. Это нормально, если отличия не превышают 1-2 см. При всех возникающих вопросах или обнаружении новообразований нужно обратиться к специалистам (урологу, андрологу, хирургу) как можно скорее. Самообследование желательно проводить 1 раз в 1-1,5 месяца.