

L'autopalpazione nel maschio e la conoscenza del proprio corpo

L'adolescenza rappresenta quel periodo della vita in cui si fa ingresso nei misteri della vita; quello che fino ad ora, cioè durante l'infanzia, veniva accettato senza porsi delle domande, a partire dall'adolescenza ogni cosa ha bisogno invece di significato, ha bisogno di risposte concrete che vengano supportate da una spiegazione ragionata. Questo avviene in quanto il ragazzino acquisisce quello che psicologicamente viene definito pensiero ipotetico-deduttivo.

L'adolescenza rappresenta il Kairos dell'esistenza cioè "il momento per", il tempo per crescere, per fare esperienza, per conoscere.

L'autopalpazione, sotto il profilo medico, rappresenta un metodo per conoscere meglio il proprio corpo e il suo stato di normalità o di patologia.

Frequenti patologie genitali insorgono proprio in età adolescenziale: varicocele, tumori testicolari, mentre altre sono già presenti dall'infanzia e non sono mai state trattate: idrocele, ernia inguinale, fimosi, aderenze balano-prepuziali, ipospadia.

Fino a qualche anno fa, la visita di leva militare, faceva da filtro per queste patologie mentre ormai tanti ragazzi sono stati visitati l'ultima volta solo da bambini e sono ignari della possibile presenza di tali patologie.

Anatomia degli organi genitali maschili

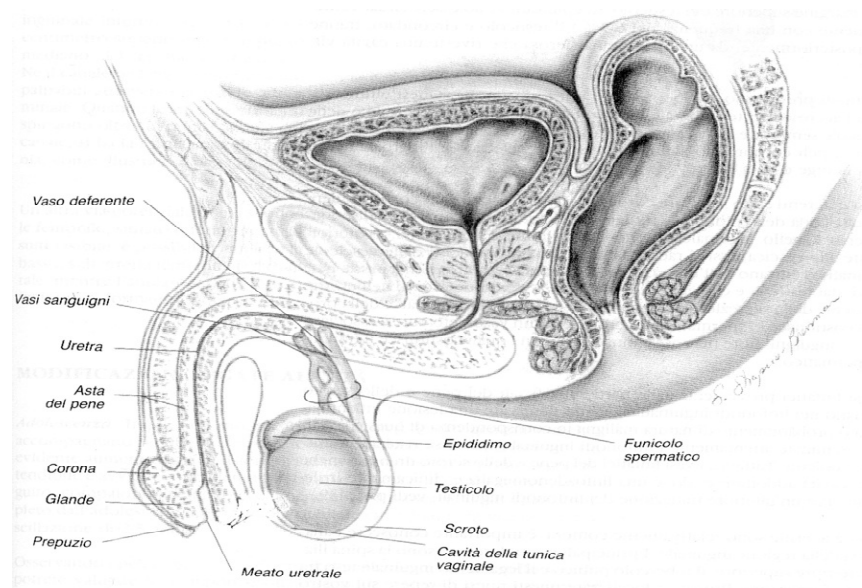
I genitali maschili vengono distinti in genitali interni ed esterni: quelli interni sono quelli non visibili mentre quelli esterni sono quelli valutabili esteriormente.

Genitali interni:

- Testicoli
- Epididimi
- Dotti deferenti
- Vescichette seminali
- Prostata
- Ghiandole bulbo-uretrali
- Uretra

Genitali esterni:

- Scroto
- Pene
 - asta
 - glande
 - prepuzio
 - frenulo
 - meato

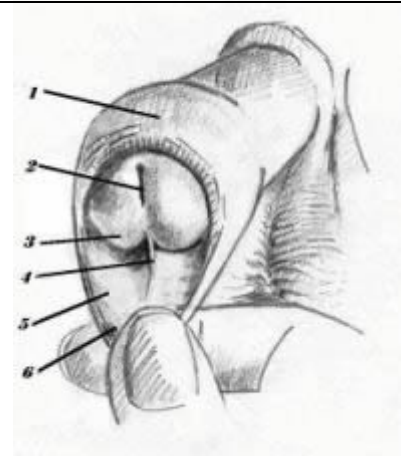


Cosa valutare dei testicoli

- *Il numero dei testicoli.* I testicoli normalmente sono presenti in numero di due. Vi sono rarissimi casi in cui vi è un terzo testicolo (testicolo sovranumerario) o altri in cui uno può essere assente per agenesia (mancato sviluppo dell'organo alla nascita), per torsione del suo funicolo e quindi morte dello stesso con successivo riassorbimento, per traumi o per escissione chirurgica.
- *Le dimensioni dei testicoli.* Generalmente i due testicoli presentano una piccola differenza di dimensioni: generalmente il destro è leggermente più voluminoso del sinistro. Grosse differenze di dimensioni indicano lo stato di sofferenza del testicolo di dimensioni minori.
- *La posizione dei testicoli.* Le gonadi non sono poste sullo stesso piano; normalmente il destro è leggermente in posizione più alta rispetto al sinistro. La posizione, alta o bassa dei testicoli comunque, in generale, dipende da fattori ambientali e psicologici: freddo, paura, eccitazione fanno risalire i testicoli grazie a un muscolo chiamato cremastere.
- *La consistenza dei testicoli.* La struttura dell'organo gli conferisce una consistenza chiamata in termini medici "duro-elastica" come una pallina magica; una consistenza aumentata (lignea) o ridotta (polpacea) sono segni che c'è un qualcosa che non va.
- *La superficie dei testicoli.* Palpando i testicoli con 3 dita: pollice da una parte e indice e medio dalla parte opposta, si valuta tutta la superficie dei testicoli; la superficie deve essere liscia; unici punti che appaiono "non lisci" sono in corrispondenza della testa dell'epididimo (in alto) dove si apprezza una capocchia di consistenza più soffice del testicolo e non sempre apprezzabile, a livello della coda dell'epididimo (in basso).
- *La dolorabilità dei testicoli.* Sono organi molto delicati e ricchi di fibre nervose sensitive quindi anche la minima pressione o contusione evoca dolore.
- *Eventuali apprezzamenti.* Attorno al testicolo, all'interno della sacca scrotale, si può apprezzare del liquido, delle cisti, una dilatazione delle vene, delle tumefazioni che il medico può aiutarvi a capire di cosa si tratta.

Cosa valutare del pene

- Che ci sia!!!
- Che si possa scoprire il glande, sia a riposo che in erezione
- Che il frenulo (filetto) non sia troppo breve
- Che il meato sia di dimensioni idonee (circa 7-8 mm)
- Che in erezione non vi siano curvature patologiche

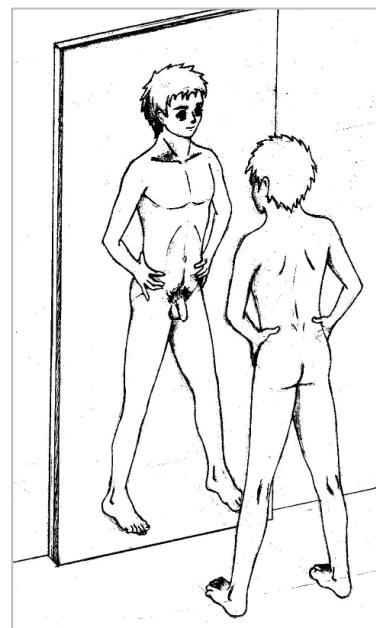


Importantissimo!!!

Il dolore testicolare rappresenta sempre un'urgenza. Mai vergognarsi o farsi prendere dall'eccessivo pudore; contattate subito un medico o il Pronto Soccorso. Il testicolo, in caso di torsione del suo funicolo, può perdere la completa vitalità anche nel giro di sole 6-8 ore!!!

Come si esegue l'autopalpazione

1. Porsi nudi davanti allo specchio e valutare la simmetria del proprio corpo; ricordo che generalmente la muscolatura è più sviluppata da un lato rispetto all'altro; valutare la posizione delle spalle, dei capezzoli, del bacino, della schiena e delle ginocchia. Anche se tutto questo non interessa i vostri genitali, una valutazione globale del nostro corpo e della nostra postura è sempre importante. Infine ponete l'attenzione ai testicoli valutandone la leggera asimmetria già menzionata in precedenza.



2. Mettendosi ora comodi, magari seduti sul letto, utilizzando 3 dita: pollice da una parte e indice e medio dalla parte opposta, si apprezza tutta la superficie dei testicoli, valutandone le dimensioni, la superficie, la consistenza. Sopra i testicoli apprezziamo i rispettivi epididimi.



3. Utilizzando sempre le 3 dita apprezziamo tutto il funicolo che salendo da dietro il testicolo arriva sino a livello inguinale.

