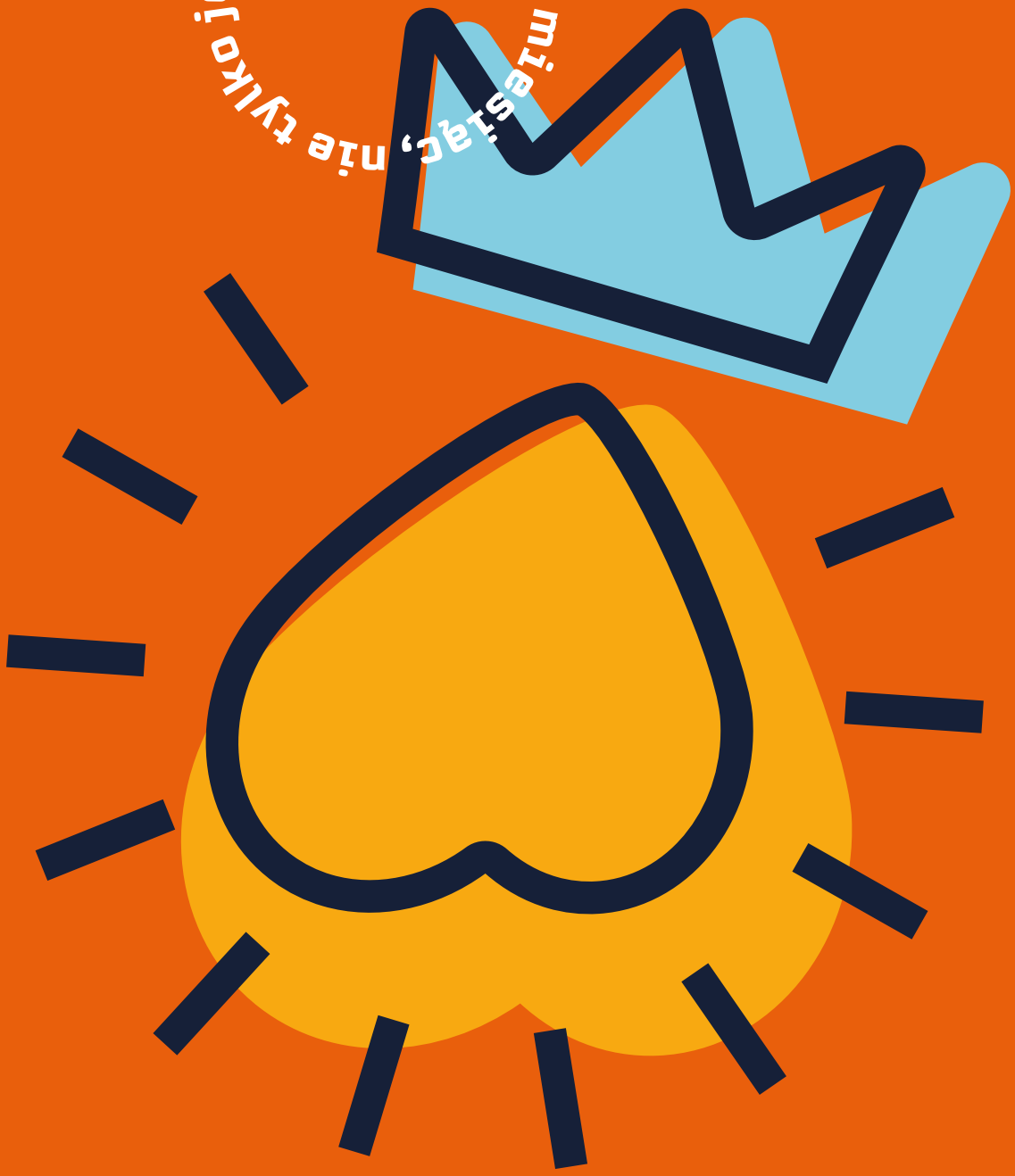
nationale nederlanden

domowe laboratorium
OD 1987 ROKU

Badaj się co miesiąc, nie tylko jesienią!



MOSZNOWŁADCY

Nasza firma wspiera Mosznowładców

www.mosznowladcy.pl

Wejdź i dowiedz się,
jak dbać o męskie zdrowie!

Mosznowładco

Co roku tysiące mężczyzn w Polsce mierzą się z nowotworami jąder oraz rakiem prostaty. Niestety, wielu z nich tę walkę przegrywa.

TAK BYĆ NIE MUSI!
Odpowiednio wcześnie wykryty nowotwór jest łatwiejszy do wyleczenia.

Dlatego też kontynuujemy naszą misję uzbrajania Was w wiedzę, jak nie dać się zaskoczyć rakowi!

CODZIENNIE U TRZECH MĘŻCZYZN W POLSCE DIAGNOZUJE SIĘ NOWOTWÓR JĄDRA.

W większości są to faceci przed trzydziestką.

CODZIENNIE PIĘTNASTU PANÓW DIAGNOZOWANYCH JEST Z RAKIEM PROSTATY.

Jest to najbardziej powszechny nowotwór wśród mężczyzn w Polsce.

Nie poddawaj się – nie jesteś sam!

Zdrowie intymne to także poziom zadowolenia z życia oraz samopoczucie.

CODZIENNIE PO POMOC DO LEKARZY I TERAPEUTÓW ZGŁASZA SIĘ DWA I PÓŁ TYSIĄCA MĘŻCZYZN.

Kolejnych trzynastu każdego dnia odbiera sobie życie.

Zadbaj o swoje jądra i prostatę, ale nie zapomnij też o tym, co dzieje się w Twojej głowie.

Na co mężczyźni powinni zwracać uwagę?

Obecnie najczęściej chorujemy na:

- Choroby układu krążeniowo-oddechowego
- Nowotwory:
  - Rak prostaty
  - Rak płuc
  - Rak jelita grubego
- Cukrzyca
- Choroby układu krążeniowo-mózgowego
- Zaburzenia mentalne
- Zaburzenia hormonalne i choroby pokarmowe

Wielu z tych schorzeń możemy przeciwdziałać dbając o właściwą dietę i aktywność fizyczną. Eliminowanie wszelkich form palenia i spożywania alkoholu również będzie mieć świetny wpływ na profilaktykę tych powszechnych obecnie chorób.



Jeśli nie masz pewności, jak zadbać o swoje zdrowie lub jakie masz czynniki ryzyka, umów się na wizytę ze swoim lekarzem rodzinnym, dietetykiem klinicznym lub osteopatą.

Zadbaj o odporność

Twój układ odpornościowy to pierwsza linia obrony przed zmianami nowotworowymi.

Twój organizm wymienia codziennie około 1% wszystkich swoich komórek, a układ odpornościowy dba o to, aby żadna z nich nie przekształciła się w nowotwór. Nawet, kiedy się to zdarzy powinien być w stanie znaleźć takie zmiany i zniszczyć je w zarodku.

Mutacje w komórkach są bardzo częste, ale jeśli jakaś komórka zachowuje się „podejrzanie", jest niszczona przez odpowiednie komórki odpornościowe.

Możesz zadbać o odporność poprzez:

- aktywność fizyczną
- zbalansowaną dietę
- nie pijąc alkoholu
- nie paląc papierosów
- uprawiając bezpieczny seks
- redukując ilość tkanki tłuszczowej – jej nadmiar nie jest dobry dla odporności

Zadbaj o swoje klejnoty!

BEZ WZGLĘDU NA TO ILE MASZ LAT.

1. Raz w miesiącu, po ciepłym prysznicu bierzesz sprawy w swoje ręce.
2. Przekładasz jądra między palcami. Dokładnie sprawdzasz ich powierzchnię pod skórą.
3. Szukasz nawet najmniejszych zmian – stwardnień, guzków lub bolesnych miejsc.
4. Szukasz zmian, które są asymetryczne i występują tylko na jednym jądrze.
5. Sprawdzasz nawet niebolesne zmiany.
6. Sprawdzasz, czy w mosznie nie ma płynu.
7. Zwracasz uwagę na uczucie ciężkości w mosznie.
8. Wracasz pamięcią do ostatnich tygodni, czy nie pojawił się powracający ból jądra lub podbrzusza.

Reguł niemało, ale zapamiętać je łatwo! Z każdym miesiącem będziesz znał swoje ciało lepiej!

Jeśli cokolwiek Cię niepokoi – nie zwlekaj! Zapomnij o szamanach internetu i wróżkach z forów, pędź od razu do lekarza.

Każda choroba wcześniej wykryta jest łatwa do wyleczenia. Im dłużej zwlekasz tym więcej szans sobie odbierasz.

NOWOTWORY JĄDRA SĄ JEDNYM Z NAJRZADSZYCH TYPÓW RAKA, ALE DOTYCZĄ PRZEDE WSZYSTKIM OSÓB MŁODYCH.

Zmiany nowotworowe jąder dotykają głównie mężczyzn między 14 a 35 rokiem życia, a więc tych młodych, pewnych swojego zdrowia i uważających się za bezpiecznych od wszelkich chorób.

Dlatego tak ważne jest z naszego punktu widzenia informowanie o profilaktyce schorzeń związanych ze zdrowiem intymnym.

Oczywiście, nowotwory jąder zdarzają się również w późniejszym wieku, dlatego też nawyk samobadania warto wyrobić sobie na całe życie!

Zadbaj o zdrową prostatę!

PROBLEMY Z ODDAWANIEM MOCZU CZY EREKCJĄ TO NIE KWESTIA WIEKU, LECZ ZDROWIA!

Kiedy masz więcej niż 40 lat:

1. Zwracaj uwagę na to, co jesz. Tłuste, ciężkostrawne rzeczy Ci nie sprzyjają.
2. Nie pal papierosów! Są one bezpośrednią przyczyną nowotworu prostaty.
3. Pozostań aktywny, także w łóżku! Panowie, którzy mają udane życie intymne chorują na raka prostaty o 30% rzadziej!
4. Zwracaj uwagę na to, jak często oddajesz mocz!
5. Zastanów się nad siłą strumienia – jeśli jest słabszy, to nie oznaka wieku, lecz problemów z prostatą!

Nie obawiaj się wizyty u lekarza urologa!

NAWET JEŚLI NIE MA ŻADNYCH OBJAWÓW PAMIĘTAJ, BY RAZ W ROKU ZROBIĆ BADANIA KRWI POD KĄTEM POZIOMU PSA.

Sięgnij pamięcią do historii nowotworów w Twojej rodzinie. Jeśli ktoś chorował na prostatę, powinieneś badać się częściej.

Prostata to gruczoł zlokalizowany przy pęcherzu moczowym. Odpowiada za produkcję płynu nasiennego. Otoczony mięśniami, odpowiada za wytrysk.

Nowotwór prostaty jest najczęściej występującym nowotworem wśród mężczyzn w Polsce i jednym z najczęstszych w Europie. W naszym kraju odpowiada za ponad 5000 zgonów każdego roku.

WYSOKA ŚMIERTELNOŚĆ JEST SPOWODOWANA PÓŹNĄ DIAGNOSTYKĄ.

W pierwszy stadiach nie daje żadnych objawów, dlatego tak ważne są regularne wizyty u lekarza. W dalszych etapach powoduje problemy z erekcją czy oddawaniem moczu – często bagatelizowane i kojarzone z następstwami starzenia się.

Nie poddawaj się, nie jesteś sam!

Czy wiesz, że dwukrotnie więcej mężczyzn ginie każdego roku z własnej ręki niż mamy w Polsce ofiar wypadków samochodowych?

KWESTIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO SĄ NIEMNIEJ WAŻNE NIŻ TO, CO DZIEJE SIĘ Z NASZYM CIAŁEM.

Mężczyźni dużo rzadziej rozmawiają o swoim zdrowiu i trzykrotnie rzadziej korzystają z porad specjalistów, bez względu na to, o jakich kwestiach zdrowotnych mówimy. Działaj wbrew temu stereotypowi!

Gdy Twój kolega mówi, że „wszystko jest okej", ale podejrzewasz, że tak nie jest:

1. Napisz a najlepiej zadzwoń do niego i zapytaj, jak się czuje.
2. Nie bój się zapytać ponownie, jeśli czujesz, że unika szczerej rozmowy.
3. Wysłuchaj go od początku do końca.
4. Ustal, jak długo trwa gorsze samopoczucie.
5. Jeśli trwa to dłużej niż dwa tygodnie, zasugeruj spotkanie z terapeutą – terapia jeszcze nikomu nie zaszkodziła, a wielu ludziom pomogła!

I ostatnia reguła:

6. Zadzwoń lub napisz także kilka dni później. Pokaż, że jesteś dobrym kumplem!

JEŚLI NIE JESTEŚ W STANIE POMÓC KOMUŚ SAM, ZAPYTAJ KOLEGÓW, CO MOŻECIE ZROBIĆ WSPÓLNIE.

Pamiętaj, żeby zawsze szukać przede wszystkim profesjonalnej pomocy.

Jeśli czujesz, że czyjeś życie może być zagrożone dzwoń pod 112.

Dziewczyno!

Jesień to czas, by rozmawiać o męskim zdrowiu.

Namów swoich kolegów by odwiedzili
www.mosznowladcy.pl

Zapytaj swojego partnera o samobadanie i namów go na badanie USG. Rak jądra dotyka najczęściej pomiędzy 14 a 35 rokiem życia.

Wszystkie zmiany nowotworowe są łatwe do wyleczenia o ile są wcześnie wykryte!

Porozmawiaj ze swoim ojcem i dziadkiem o męskim zdrowiu. Po 40 roku życia co roku należy powtarzać badania poziomu PSA we krwi.

Wszelkie przedłużające się problemy z oddawaniem moczu należy konsultować z lekarzem urologiem.

Kobiety odpowiadają za blisko 80% przypadków wykrycia męskich nowotworów.

Zadbaj o facetów w Twoim otoczeniu!