

Non serve essere fantastici  
Basta essere consapevoli

L'adolescenza è una fase di sviluppo e crescita durante la quale il corpo cambia velocemente.

Prendersi cura della salute andrologica (dei genitali e della fertilità) serve a star bene oggi e domani.

Ecco perché il tuo pediatra te ne parlerà nel corso dell'ultima visita che farai da lui e il tuo medico di famiglia ti proporrà un controllo generale alla prima visita che farai nel suo studio.

Ricorda: controllarsi è normale, come andare dal dentista e fare sport

Quello che fai oggi conta. Eccome se conta.



CHECK  
&  
CHILL



CHECK  
&  
CHILL

Controllati senza stress  
la salute maschile conta

PREVENZIONE ANDROLOGICA PER STARE BENE OGGI E DOMANI





## PERCHÉ È IMPORTANTE FARE ATTENZIONE ALLA SALUTE ANDROLOGICA

Fino a qualche anno fa, la visita di leva obbligatoria permetteva di scoprire presto eventuali problemi di salute maschile.

Oggi solo il 5% dei maschi sotto i 20 anni fa una visita specialistica, mentre le ragazze della stessa età vanno dal ginecologo o dalla ginecologa fino a dieci volte di più.

Questo significa che molti ragazzi arrivano all'età adulta con disturbi non diagnosticati che diventano più difficili da curare.

1 uomo su 3, da adulto, ha problemi andrologici, soprattutto legati a fertilità e sessualità, spesso originati già durante l'adolescenza (es. varicocele, criptorcidismo, infezioni sessualmente trasmesse).

Fare controlli e informarsi non serve solo a "curare" ma soprattutto a prevenire, cioè scoprire i problemi quando sono ancora piccoli e più facili da risolvere.

Per questo è fondamentale informarsi a scuola e fuori, parlarne con medici e operatori sanitari di fiducia, fare i controlli al momento giusto, senza vergogna.

La salute sessuale e riproduttiva è parte della tua vita: proteggerla adesso significa stare meglio da adulto e vivere la tua sessualità in modo sereno e consapevole.



### AUTOPALPAZIONE: NULLA DI STRANO

Controllarsi da soli non è strano e non fa male, ma soprattutto è importante per rilevare precocemente l'eventuale presenza di problemi.

L'autopalpazione testicolare è un gesto semplice, che si può fare ogni tanto, per imparare a conoscere come è fatto il proprio corpo ed accorgersi se qualcosa cambia.

Se noti dolori, gonfiore, cambiamenti ai testicoli o allo scroto, o se hai difficoltà ad urinare o eiaculare, parlane con il tuo medico.



### MALATTIE SESSUALMENTE TRASMESSE (MST)

Le MST sono infezioni che si trasmettono durante i rapporti sessuali non protetti. Possono produrre sintomi fastidiosi, ma spesso non danno alcun segnale: anche senza accorgersene, chi è infetto può trasmettere la malattia ad altre persone. Alcune si curano con farmaci (clamidia, gonorrea, sifilide, tricomoniasi), altre non hanno ancora una cura definitiva, ma possono essere controllate (HIV, epatite B, herpes genitale, papillomavirus - HPV). Nel mondo si stimano 1 milione di nuovi casi ogni giorno. In Italia le infezioni più frequenti sono condilomi, sifilide, herpes genitale, clamidia e gonorrea. I giovani tra i 15 e i 24 anni sono i più colpiti. Le conseguenze di queste infezioni, se non curate tempestivamente, possono essere: infertilità, problemi durante la gravidanza della partner, tumori, aumento del rischio di contrarre l'HIV, stigma e difficoltà sociali.

La prevenzione è l'arma più efficace: conoscenza, rapporti protetti, controlli periodici e dialogo con i professionisti della salute. Usare sempre il preservativo riduce moltissimo il rischio di infezione ma è anche importante fare controlli regolari: spesso bastano test semplici.

Contro l'HPV e l'epatite B è invece consigliata la vaccinazione.

Se hai dei dubbi o dei sintomi, parlane con il tuo medico o vai allo Spazio Giovani del Consultorio Familiare.



### VARICOCELE

È una dilatazione delle vene nello scroto (la sacca che contiene i testicoli). In pratica, è come avere delle vene varicose, ma vicino ai testicoli.

È abbastanza comune negli adolescenti (può colpire tra l'8 ed il 28% dei ragazzi), soprattutto durante o dopo la pubertà ma spesso non dà sintomi, ma a volte può causare riduzione delle dimensioni del testicolo (atrofia), alterazioni nei livelli ormonali, problemi nella qualità dello sperma ed infertilità da adulti. Se noti qualcosa di strano (gonfiore, dolore, differenza tra i testicoli), parlane senza imbarazzo con il pediatra o il medico di famiglia.



### TESTICOLO RITENUTO (Criptorcidismo)

È quando uno o entrambi i testicoli non scendono nello scroto (la sacca sotto il pene) prima o dopo la nascita. È la più comune anomalia genitale nei neonati maschi. Nella maggior parte dei casi (80%) il testicolo scende da solo entro i 3 mesi.

Se non scende entro i 6 mesi, è difficile che lo faccia dopo. Nei 2/3 dei casi riguarda un solo testicolo, più spesso colpisce il destro e può essere ancora presente a 15 anni in circa l'1,6-2,2% dei ragazzi. Se non trattato può aumentare il rischio di infertilità e tumore ai testicoli.

Controlla se tutti e due i testicoli sono in posizione e se noti differenze o gonfiore e nel caso parlane con il pediatra o con il medico di famiglia.



### FIMOSI

È quando la pelle del pene (prepuzio) è troppo stretta e non si riesce a tirarla indietro per scoprire la punta (glande). Studi dimostrano che il 13% dei ragazzi italiani tra i 15 ed i 19 anni hanno una fimosi o problemi simili.

Per curare la fimosi a volte basta una crema specifica o una corretta igiene, ma in caso di dolore continuo o infezioni frequenti sarà necessario un piccolo intervento (circoncisione).

Se hai dolore o fastidio durante l'erezione, difficoltà a lavarti sotto il prepuzio, infezioni (rossore, bruciore, pus) parlane con il pediatra o con il medico di famiglia.