



Mann? Over 40?

Bli kjent med kroppen din
– lær deg faresignalene på kreft

KREFTFORENINGEN

Aller først: Risikoen for at du skal få kreft er ikke stor. Men etter 40 er den litt høyere enn før. Det betyr at du bør følge godt med på symptomene som er listet opp her. Det kan være tegn på kreft, men kan også være tegn på andre tilstander. Hvis det ikke går over etter 3 uker, bør du oppsøke lege.

Mage og tarm

Se opp for disse symptomene:

- endringer i avføringsmønstre (veksle mellom diare og forstoppelse)
- følelse av at tarmen ikke tømmes ordentlig
- luft i tarmen
- følelse av å være oppblåst
- magesmerter
- blod i avføringen
- vekttap
- blodmangel (lav blodprosent og/eller lave jernlagre)

Hud og føflekker

Se opp for føflekker som:

- endrer form eller farge (spesielt til svart)
- vokser
- klør
- blør eller danner sår
- har asymmetrisk form
- har ujevn farge
- har uklar overgang til normal hud

og for andre hudforandringer som:

- sår i huden som blør lett og ikke gror
- rødlig hudfortykkelse med kløe/ubehag
- misfargede knuter i huden som vokser
- eksem-lignende utslett med skorper som faller av og dannes på nytt

Det er vanskelig å se sin egen rygg – la noen andre sjekke den.

Prostata

Se opp for disse symptomene:

- smerter i rygg og skjelett
- tynn og svak urinstråle
- hyppig vannlating
- vanskeligheter med å tømme urinblæren
- blod i urinen

Lunger

Se opp for disse symptomene:

- nyoppstått hoste som ikke gir seg
- røykhoste som endrer karakter
- vedvarende heshet
- kortpustethet
- blod i spyttet
- gjentatte luftveisinfeksjoner
- smerter i brystet
- smerter mellom skulderbladene

Testikler

Se opp for disse symptomene:

- lettere smerter som ømhet og tyngdefornemmelse i testikkelen
- en følbart kul
- testikkelen øker eller avtar i størrelse
- konsistensendring i testikkelen
- forstørrelse av brystkjertlene (er normalt og forbigående under puberteten)
- nyoppståtte rygg smerter
- hoste uten forkjølelse som ikke går over

Se også opp for disse symptomene:

- hevelse eller blodpropp i ben
- lett smerte eller svie ved vannlating
- blod i urin, sædvæske eller avføring
- ømme eller hovne brystvorter
- vedvarende hovne lymfeknuter
- ny ryggsmerte som ikke gir seg
- unormal trøtthet eller slapphet
- manglende appetitt
- uforklarlig vekttap
- uforklarlig kul eller hevelse
- gjentatte infeksjoner

Tips til legebesøket: Kom til saken, og fortell legen med en gang hva du vil snakke om. Spør og grav, hvis legen sier noe du synes er uklart eller vanskelig.

Lurer du på noe om kreft?

På Kreftlinjen treffer du sykepleiere, sosionomer og jurister som kan svare på det meste om kreft og om det å leve med eller sammen med noen som har kreft.

Ring **800 57338 (800 KREFT)** eller chat med oss på **Kreftforeningen.no**. Alle har taushetsplikt. Vanlig takst – gratis fra fasttelefon.



KREFTFORENINGEN

kreftforeningen.no – tlf. 07877