

# Mastopathie

Wat is mastopathie?	2
Pijn	3
Cyclische mastopathie	3
Niet-cyclische mastopathie	4
Angst voor kanker	4
Mogelijke behandelingen	4
Vragen	6

Uw arts heeft bij u de diagnose mastopathie gesteld. Mastopathie is een verzamelnaam voor goedaardige aandoeningen in het klierweefsel van de borsten. Het woordt mastopathie is samengesteld uit het Griekse woord "mastos" wat borst betekent en "pathie" wat ziekte of aandoening betekent.

In deze folder vindt u informatie over deze aandoening en de mogelijke behandelingen. Uw persoonlijke situatie kan anders zijn dan hier weergegeven, dit zal uw arts dan nader toelichten.

## Wat is mastopathie?

Mastopathie is een verzamelnaam van goedaardige aandoeningen waarbij er sprake is van goedaardige knobbels of andere onregelmatigheden, en/of (erge) pijn in de borst(en), die geen gevaar voor de gezondheid opleveren, maar wel veel overlast veroorzaken.

2

Veel vrouwen krijgen na hun dertigste last van pijnlijke borsten, die regelmatig gespannen aanvoelen en nauwelijks aanraking verdragen. Bij mastopathie zijn één of meer knobbels, strengetjes, schijfjes of brokjes in het borstweefsel te voelen. Het borstklierweefsel voelt daarbij vaak onregelmatig aan. De borsten kunnen heel gespannen zijn en groter worden. Soms is er afscheiding uit de tepel(s). Ook kunnen er cysten ontstaan (cysteuze mastopathie). Een cyste is een goedaardige holte, gevuld met vocht. Een cyste kan spontaan groter worden, maar ook spontaan weer kleiner worden of zelfs verdwijnen.

Mastopathie kan voorkomen in één borst of in beide borsten. Zeker tien procent van de vrouwen heeft in ernstige of minder ernstige mate last van mastopathie.

## Pijn

In het leven van veel vrouwen met mastopathie speelt pijn een grote rol. Bewegen en aanraken (sporten, traplopen, vrijen, kinderen knuffelen, op de buik liggen) is vaak erg pijnlijk. Maar ook bij gewoon stilzitten kunnen de borsten pijnlijk zijn.

Hoe mastopathie ontstaat, is nog niet duidelijk. Wel weten we dat het veel te maken heeft met uw hormonen. Het klierweefsel in uw borsten is extra gevoelig voor veranderingen van hormonen in uw bloed. Daardoor voelen uw borsten tijdens de menstruatie vaak gespannen aan.

Ook door de anticonceptiepil (die hormonen bevat) kunt u gespannen borsten krijgen. Vlak voor uw menstruatie krijgt u pijn en opvallende knobbeligheid van de borsten. Na de menstruatie verdwijnen de pijn en knobbels weer. Door de zwelling van het klierweefsel raken de melkgangetjes soms gestuwd. Er kunnen dan gladde, ronde zwellingen ontstaan die gevuld zijn met vocht. We noemen dat “cysten”. Wanneer een cyste gevuld is met vocht, geeft dat spanning en druk. Daardoor kan een cyste pijn doen.

## Cyclische mastopathie

Deze vorm heeft alles te maken met de menstruatiecyclus. Zo'n drie tot zeven dagen voor de menstruatie (in de periode dat de menstruatie op gang komt) hebben veel vrouwen hierbij last van zware of gespannen borsten en soms een stekende pijn. Vrouwelijke geslachtshormonen laten dan de borstklieren iets zwellen. Over het algemeen is de pijn niet exact aan te wijzen, maar wel voelen veel vrouwen knobbeltjes in hun borsten.

## Niet-cyclische mastopathie

Deze vorm komt minder vaak voor. Er is geen vast patroon in te ontdekken, de pijn zit op een duidelijk aanwijsbare plek en wordt omschreven als brandend, scherp of knagend. Deze variant komt vaker voor bij vrouwen boven de veertig. Tijdens de menopauze nemen de klachten vaak af, maar na de overgang kunnen ze weer terugkomen.

## Angst voor kanker

Mastopathie is een goedaardige aandoening. Het is geen kanker. Toch schrikken veel vrouwen als ze een (nieuwe) knobbel in de borst voelen. Bij de meest voorkomende vormen van mastopathie is de kans op borstkanker echter niet groter dan bij vrouwen zonder mastopathie. Wel kan iemand daarnaast, net als elke andere vrouw, borstkanker ontwikkelen. Indien nodig kan een bezoek aan de medisch psycholoog besproken worden. Deze kan helpen om de angstgevoelens of pijnklachten beter hanteerbaar te maken.

## Mogelijke behandelingen

Ondanks het feit dat veel vrouwen last hebben van mastopathie, is er nog geen duidelijkheid over de oorzaak. Wel kan er veel worden gedaan om de overgevoeligheid te verminderen:

### Behandeling zonder hormonen:

- Ondersteunende maatregelen: Begin met de aanschaf van een goed sluitende (sport) beha zonder beugels met brede schouderbanden en zorg voor warmte in de vorm van een vest of trui. Hoe kouder het is, des te pijnlijker de borsten kunnen aanvoelen.

- Sommige vrouwen hebben er baat bij als zij minder of geen koffie, thee, chocolade, cola, wijn en kaas gebruiken. In deze producten zitten stoffen die veel invloed kunnen hebben op de biochemische reacties in het lichaam (methylxanthines en tyramines). Het duurt ongeveer drie maanden voordat u effect kunt verwachten van het stoppen met deze producten.
- Pijnbestrijding: Bij pijnklachten kan paracetamol goed helpen (driemaal per dag een tablet 500 mg). Als u veel pijn heeft, neem dan om de zes uur 1000 mg (2 tabletten). Bij extreme pijnklachten kunt u eventueel worden doorverwezen naar het pijnteam.

### Behandeling met hormonen

- Het slikken van een anticonceptiepil kan de klachten soms verminderen. Aan de andere kant is het ook mogelijk dat juist het stoppen met de pil of het veranderen van conceptiepil helpt.
- Bij een ernstige vorm van cyclische mastopathie is een hormonale behandeling te overwegen. Gezien de bijwerkingen van deze behandeling wordt pas in laatste instantie hiertoe besloten.

## Operatieve behandeling

- Bij mastopathie op één duidelijke plek in de borst kan deze plek operatief worden verwijderd. Dit geeft echter geen garantie dat de klachten verdwijnen. Naast dat het cosmetisch effect heeft kan een operatie, door de vorming van littekenweefsel, de klachten ook juist laten toenemen. Bovendien kan mastopathie elders in de borst opnieuw ontstaan. Als operatieve behandeling wordt overwogen bespreekt uw arts dit verder met u.

## Vragen

Wij vinden een persoonlijke benadering van uw klachten erg belangrijk. Natuurlijk kan het zijn dat u na het bezoek aan onze polikliniek nog vragen heeft over het onderzoek of het behandelplan. Hiervoor kunt u terecht bij onze mammapoli.

6

Als u na uw bezoek aan de polikliniek nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met de Mammapoli via telefoonnummer 0512 - 588 521.

De mammacare verpleegkundigen zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 16.30 uur.

## Contactgegevens

**Ziekenhuis Nij Smellinghe**

0512 - 888 888

**Assistente poliklinieke Chirurgie**

0512 - 588 809

**Mammacare verpleegkundige**

0512 - 588 521