

Mastopathie

Uw arts heeft bij u de diagnose mastopathie gesteld. In het Grieks betekent mastos borst en pathos aandoening. Mastopathie is een verzamelnaam voor allerlei goedaardige klachten aan uw borsten. In deze folder vindt u informatie over deze ziekte en de mogelijke behandelingen. Daarnaast staat beschreven wat u van een bezoek aan de Mastopathie-polikliniek Arnhem kunt verwachten.



Rijnstate

**Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!**

Uw huisarts heeft voor u een afspraak gemaakt bij de Mastopathie-polikliniek Arnhem. Deze polikliniek is verbonden aan de Mammapoli van Rijnstate.

De Mastopathie-polikliniek Arnhem is 2x per maand geopend. U kunt zich op de dag van de afspraak melden bij de Polikliniek Chirurgie op de tweede etage van Rijnstate Arnhem, route 55. Bij aankomst wordt u ontvangen door de mammacareverpleegkundige die u gedurende uw bezoek zal bijstaan als persoonlijk aanspreekpunt op de polikliniek. Houd er rekening mee dat het bezoek aan de Mastopathie-polikliniek de hele middag in beslag kan nemen

Uw eerste afspraak is met de chirurg. Hij/zij wil weten wat uw klachten zijn en onderzoekt uw borsten op eventuele afwijkingen. Vervolgens wordt er altijd een mammografie (röntgenfoto van de borsten) gemaakt. Het is mogelijk dat er aansluitend aan de mammografie een echografie (onderzoek met behulp van geluidsgolven) van de borsten wordt gemaakt. Dit levert informatie op over de verschillende weefsels in uw borst, waardoor een radioloog bijvoorbeeld een cyste (een holte gevuld met vocht) kan onderscheiden van ander vast weefsel.

De radioloog beoordeelt de foto's en eventueel de echo direct. In een enkel geval kan een MRI-scan worden gemaakt. Na deze onderzoeken wordt u wederom gezien door de chirurg die met u zal overleggen over het meest geschikte behandelplan.

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.

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. 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.
- **Dieet**
Sommige vrouwen hebben er baat bij als zij minder of geen koffie, thee, chocolade, cola, wijn en kaas gebruiken. In deze producten zitten methylxanthines en tyramines. Deze stoffen kunnen veel invloed hebben op de biochemische reacties in het lichaam. Het duurt ongeveer drie maanden voordat u effect kunt verwachten van het stoppen met deze producten.
- **Teunisbloemolie**
Teunisbloemolie (primrose oil) is verkrijgbaar in verschillende toedieningsvormen. Dit middel biedt in 40% van de gevallen verlichting. U kunt het kopen bij de drogist. Ook hierbij duurt het ongeveer drie maanden voordat u effect kunt verwachten.
- **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). Als ook dat niet helpt, kunt u nsaid's proberen, bijvoorbeeld ibuprofen (driemaal daags 400 mg), diclofenac (driemaal daags 50 mg) of naproxen (tweemaal daags 500 mg). Wees voorzichtig met nsaid's. Ze kunnen maagklachten veroorzaken. 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. Bovendien kan mastopathie elders in de borst opnieuw ontstaan.
- Bij onhoudbare pijn en bij falen van alle andere therapieën kan in het uiterste geval amputatie van de borsten plus reconstructie worden overwogen.

Tot slot

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 mammacare-verpleegkundige. Zij heeft een eigen spreekuur en is gespecialiseerd in vrijwel alles wat met borstafwijkingen en de gevolgen daarvan te maken heeft.

Als u na uw bezoek aan de poli nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met de Mammapoli via telefoonnummer 088 - 005 67 02. De verpleegkundigen hier zijn bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.30 tot 16.30.

Overige informatie

Stichting Begeleidingsgroep voor Vrouwen met Mastopathie

Postbus 2238

5202 CE 's Hertogenbosch

Telefoon : 0877 - 86 21 34

Website: www.mastopathie.nl

E-mail : info@mastopathie.nl

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate,
uw ziekenhuis in de regio
Arnhem, Rheden en De
Liemers.

 @rijnstate

 facebook.com/rijnstate

Rijnstate

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E info@rijnstate.nl

www.rijnstate.nl