



Mastopathie

Chirurgie

Inleiding

De chirurg of verpleegkundig specialist mammacare heeft geconstateerd dat u mastopathie heeft. In deze folder kunt u lezen wat mastopathie is en waardoor het veroorzaakt wordt. Welke behandelingen er mogelijk zijn en waar u terecht kunt voor advies of meer informatie.

Wat is mastopathie?

Mastopathie is een verzamelnaam voor goedaardige aandoeningen in het klierweefsel van uw borsten. Mastopathie kan in beide borsten voorkomen, maar ook in één borst. Eén op de tien vrouwen heeft in meer of mindere mate last van mastopathie. Het levert geen gevaar op voor uw gezondheid, maar u kunt er wel last van hebben.

Bij mastopathie kunt u last hebben van de volgende klachten:

- Pijnlijke borsten die regelmatig gespannen aanvoelen en niet altijd aanraking verdragen.
- Stug, onregelmatig en knobbelig klierweefsel in uw borsten. Deze knobbels kunnen veranderen van grootte of weer helemaal verdwijnen.
- Pijnklachten gaan vaak samen met knobbels in de borst, maar ook zonder knobbels kunt u pijn voelen.
- Vocht afscheiding uit één of beide tepels.
- Voor de menstruatie zijn de klachten vaak het ergst.

In de borsten kunnen grote of kleine cysten voorkomen, soms samen met bindweefselknobbels.

Cyste

Een cyste is een met vocht gevulde holte. Een cyste kan bijvoorbeeld ontstaan door een verstopping in een uitvoergangetje van een melkklier. Vooral als er spanning op staat is een cyste goed voelbaar als een ronde, stevige knobbel die ook pijnlijk kan zijn. Er kunnen verschillende cysten in één of beide borsten voorkomen. Soms ontstaat een cyste in korte tijd. Een cyste kan spontaan groeien, maar ook spontaan weer kleiner worden of zelfs verdwijnen. Een cyste die erg pijnlijk is kan alleen in uiterste nood door de radioloog worden leeggezogen door middel van een punctie. Wel is de kans aanwezig dat de holte zich daarna weer vult met vocht.

Fibroadenoom

Een ander veel voorkomende goedaardige borstafwijking is het fibroadenoom. Dit is een knobbel die uit bind- en klierweefsel bestaat en weinig klachten geeft. Een fibroadenoom voelt glad aan en kan langzaam wat groter worden. Vaak is een fibroadenoom niet voelbaar.

Angst voor kanker

Mastopathie is geen kanker. Het is een goedaardige aandoening, maar veel vrouwen met mastopathie zijn toch bang dat het kanker is. In tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht, bestaat er bij de meest voorkomende vormen van mastopathie geen verhoogde kans op borstkanker. Wel heeft een vrouw met mastopathie, net als elke andere vrouw, kans om borstkanker te ontwikkelen.

Oorzaken

Waardoor mastopathie veroorzaakt wordt, is niet altijd even duidelijk. Hormonen spelen in ieder geval een grote rol. Dat verklaart waarom mastopathie vaak gekoppeld is aan de menstruatie. Veel vrouwen hebben er met name vóór de menstruatie last van, anderen altijd. Grote veranderingen in de hormoonhuishouding, zoals zwangerschap, stoppen met de pil of verwijderen van de eierstokken kunnen ook invloed hebben op mastopathie. Sommige vrouwen merken dat bestaande klachten in de overgang verergeren. Er zijn ook vrouwen die tijdens de overgang last van mastopathie krijgen. Ook dat heeft te maken met hormoonstommelingen. Na de overgang verdwijnen de klachten meestal geleidelijk.

Er zijn drie vormen van mastopathie:

- Cyclische mastopathie heeft alles te maken met de menstruatiecyclus. Ongeveer drie tot zeven dagen voor de menstruatie hebben veel vrouwen last van zware, gespannen en soms pijnlijke borsten. Vrouwelijke geslachtshormonen laten de borstklieren dan iets zwellen. Over het algemeen is de pijn niet precies aan te wijzen, wel voelen veel vrouwen knobbeltjes in hun borsten.
- Niet-cyclische mastopathie komt minder vaak voor. Er is geen vast patroon

te ontdekken zoals bij decyclischemastopathie. De pijn zit op een duidelijk aanwijsbare plek en wordt omschreven als brandend, scherpfofzeurend. Vaak straalt de pijn uit naar de oksel. Tijdens de overgang nemen de klachten vaak af.

- Bij extramammaire mastopathie is er sprake van pijn buiten de borst.

Adviezen

Er kan veel worden gedaan om de overgevoeligheid van de borsten te verminderen.

- Kleding: Draag een goed steunende beha, bij voorkeur zonder beugels en met brede schouderbandjes, bijvoorbeeld een sportbeha. Soms kan kou de klachten bij mastopathie verergeren. Zorg in dat geval voor warme kleding. Hoe kouder u het heeft, hoe pijnlijker de borsten kunnen aanvoelen. Ook een warme douche kan de klachten verzachten.
- Koelen: Bij sommigen vrouwen werkt verkoeling juist verzachtend. Het helpt dan om tijdelijk een 'cold pack' (of een zak ijsblokjes met een theedoek eromheen) tegen de pijnlijke zwelling te houden.
- Voedingsgewoonten: Bij sommige vrouwen helpt het om te minderen met verzadigde vetten, koffie, thee, chocolade, cola, wijn en kaas. Hierin zitten stoffen die veel invloed kunnen hebben op de biochemische reacties in uw lichaam (methylxanthines en tyramines). Als u stopt met deze producten, duurt het ongeveer drie maanden voordat u effect kunt verwachten.
- Homeopatische middelen kunnen de omega 3 en 6 vetzuurbalans verbeteren. Hiervan is het effect niet bewezen en soms pas na 3 maanden merkbaar. Ook overmatig gebruik van alcohol en nicotine kunnen klachten verergeren.
- Pijnstillers: In overleg met uw arts of de verpleegkundig specialist mammacare kunt u pijnstillers innemen bijvoorbeeld driemaal daags 500 mg paracetamol. Bij veel pijn kunt u om de zes uur 1000 mg paracetamol (twee tabletten) innemen. Als dat ook niet helpt, kunt u een NSAID proberen, bijvoorbeeld ibuprofen, diclofenac of naproxen. Wees hier wel voorzichtig mee. Deze pijnstillers kunnen namelijk maagklachten veroorzaken.

Behandeling

- Hormonale behandeling: Bij sommige vrouwen vermindert de mastopathie als zij de anticonceptiepil gaan gebruiken of in overleg met de (huis)arts overstappen op een ander merk pil. Bij een ernstige vorm van cyclische

mastopathie kunt u in overleg met uw (huis) arts een hormonale behandeling overwegen. Gezien de bijwerkingen van deze behandeling wordt hiervoor pas in laatste instantie gekozen.

- Punctie van een cyste: Een cyste die pijn veroorzaakt, kan worden leeggezogen. Dit geeft echter geen garantie dat de cyste voorgoed wegblijft of dat uw pijnklachten hiermee volledig verdwenen zijn. De holte waaruit het cystevocht is gehaald, kan zich namelijk opnieuw vullen met vocht.
- Operatie: Een bindweefselknobbel in de borst wordt in zeldzame gevallen operatief verwijderd. Een operatie zal echter nooit de eerste keus zijn, omdat door de operatie de kans ontstaat op littekenvorming, wat ook weer klachten kan geven in de borst. Ook kan het door het littekenweefsel lastiger zijn om een eventuele mammografie (borstfoto) te beoordelen. Bovendien is het niet zeker dat de pijnklachten door de operatie verdwijnen.

Hoe gaat het verder?

Klachten van mastopathie kunnen komen en gaan. Na de overgang heeft u er meestal minder last van. Als een borst pijn doet en er is geen zwelling te voelen, dan kijkt de huisarts of de klachten na de menstruatie weer verdwijnen. Is de pijn na drie maanden nog niet weg, dan wordt er een borstfoto (mammografie) gemaakt. Het beste moment voor een foto is na de menstruatie, als de mastopathie minder actief is. Bij vrouwen ouder dan vijftig jaar, die niet meer menstrueren en pijn in een borst hebben, wordt er vaak eerder een foto gemaakt. Bij vrouwen onder de dertig jaar is het klierweefsel van de borst beter met een echo te bekijken dan met een foto.

Vragen

Heeft u nog vragen, stel ze gerust aan uw behandelend arts.

Bij dringende vragen of problemen vóór of na uw behandeling, neemt u dan contact op met het ziekenhuis.

Contact locatie Hoorn

Telefoon: 0229 257828 (polikliniek chirurgie)

Bereikbaar op maandag t/m vrijdag 08:00 uur – 17:00 uur

Telefoon: 0229 757699 (spoedeisende hulp)

Bereikbaar buiten kantooruren en in het weekend

Contact locatie Purmerend

Telefoon: 0299 457640 (polikliniek chirurgie)

Bereikbaar op maandag t/m vrijdag 8.30 uur - 17.00 uur

Website: www.dijklander.nl/chirurgie

Tot slot

Bent u van mening dat bepaalde informatie ontbreekt of onduidelijk is, dan vernemen wij dat graag van u.

Bron

Bij het opstellen van deze brochure werd gebruik gemaakt van richtlijnen zoals opgesteld door de Federatie Medisch Specialisten, uitgebreid en aangepast aan de werkwijze van de vakgroep chirurgie van het Dijklander Ziekenhuis.

Notities:

[illegible]

Locatie Enkhuizen

Molenweg 9b
1601 SR Enkhuizen
T. 0228 312 345

Locatie Hoorn

Maelsonstraat 3
1624 NP Hoorn
T. 0229 257 257

Locatie Purmerend

Waterlandlaan 250
1441 RN Purmerend
T. 0299 457 457

Locatie Volendam

Heideweg 1b
1132 DA Volendam
T. 0229 257 500

Postbus 600, 1620 AR Hoorn

www.dijklander.nl
info@dijklander.nl



FLD-01588-NL 14-02-2024