

Mastopathie, een goedaardige aandoening van de borsten

Uw behandelend arts heeft bij u de diagnose mastopathie gesteld. Mastopathie is de verzamelnaam voor goedaardige aandoeningen in het klierweefsel van de borsten. Het woord mastopathie is samengesteld uit de Griekse woorden 'mastos' en 'pathie'. Mastos betekent borst en pathie betekent ziekte of aandoening. In deze folder vindt u informatie over deze aandoening.

Voor u persoonlijk kan de situatie anders zijn dan hier is beschreven. Als dit zo is, krijgt u persoonlijke informatie van uw behandelend arts of medisch assistent.

Wat is mastopathie?

Veel vrouwen krijgen na hun dertigste last van pijnlijke borsten, die regelmatig gespannen en/of pijnlijk aanvoelen. Ook verdragen de borsten nauwelijks aanraking.

Bij mastopathie voelt het klierweefsel in de borst vaak onregelmatig aan. Er zijn één of meer knobbels, strengetjes of schijfjes in het borstklierweefsel te voelen. De borsten kunnen groter worden. Soms is er afscheiding uit de tepel(s). Ook kunnen er cysten in de borst ontstaan, dit wordt cysteuze mastopathie genoemd. Een cyste is een holte gevuld met vocht. Een cyste kan spontaan groter worden, maar ook spontaan

weer kleiner worden of zelfs verdwijnen. Cysten zijn goedaardig.

Mastopathie kan voorkomen in één borst of in beide borsten. Zeker 10 procent van de vrouwen heeft last van lichte tot ernstige mastopathie. Mastopathie is niet gevaarlijk voor de gezondheid, maar veroorzaakt wel last.

Pijn

Pijn speelt een grote rol in het leven van veel vrouwen met mastopathie. Bewegen en aanraken van de borsten (sporten, traplopen, vrijen, kinderen knuffelen, op de buik liggen) is vaak pijnlijk. Ook bij zitten kunnen de borsten pijn doen. De pijn kan uitstralen naar de nek, rug, schouders en/of armen.

Vormen van mastopathie

Er zijn twee vormen van mastopathie:

- cyclische mastopathie
- niet-cyclische mastopathie.

Cyclische mastopathie

Deze vorm van mastopathie hangt samen met de menstruatieperiode. Zo'n drie tot zeven dagen vóór de menstruatie (dit is de periode dat de menstruatie op gang komt) hebben veel vrouwen last van zware of gespannen borsten en

soms stekende pijn in de borsten. De borstklieren zwellen dan op door de werking van de vrouwelijke geslachtshormonen.

Meestal is de pijn niet precies aan te wijzen, wel voelen veel vrouwen knobbeltjes in hun borsten.

Niet-cyclische mastopathie

Deze vorm komt minder vaak voor. Er zit geen vast patroon in de periode waarin de pijn optreedt. Ook is er geen verband met de menstruatieperiode.

De pijn zit op een duidelijk aanwijsbare plek en voelt brandend, scherp of knagend aan. Deze vorm komt vaker voor bij vrouwen boven de veertig. Tijdens de menopauze ofwel de overgang (de periode rond de laatste menstruatie) worden de klachten vaak minder. Na de overgang kunnen ze terugkomen.

Angst voor kanker

Mastopathie is een goedaardige aandoening. Het is geen kanker. De angst dat het kanker zou kunnen zijn, komt bij veel vrouwen met mastopathie voor. Veel vrouwen schrikken als ze een (nieuwe) knobbel in de borst voelen. Bij de meest voorkomende vormen van mastopathie is er géén verhoogde kans op borstkanker. Wel kan iemand mastopathie hebben en daarnaást, net als elke andere vrouw, borstkanker krijgen.

Mogelijke behandelingen

De oorzaak van mastopathie is nog niet duidelijk. Wel kan er veel worden gedaan om de overgevoeligheid van de borsten en de pijn te verminderen. Dat kan zonder hormonen of met hormonen.

Zonder hormonen

Kleding

Begin met de aanschaf van een goed sluitende (sport-)beha zonder beugels en met brede schouderbanden. Draag een vest of trui voor de warmte. Hoe kouder u het heeft, hoe pijnlijker de borsten kunnen aanvoelen.

Voeding

Bij sommige vrouwen helpt het om minder koffie, thee, cola en wijn te drinken en minder kaas en chocolade te eten. Hierin zitten stoffen (methyloxanthines en tyramines) die veel invloed kunnen hebben op de reacties (chemische processen) in het lichaam. Het duurt ongeveer drie maanden voordat u resultaat kunt verwachten van het stoppen met deze producten.

Voedingssupplement

Bij sommige vrouwen helpt het gebruik van teunisbloemolie (primrose oil). Neem 1 maal daags 1 capsule van 1000 milligram. Dit middel kunt u kopen bij de drogisterij of apotheek.

Ook bij het gebruiken van dit middel duurt het ongeveer drie maanden voordat u resultaat kunt verwachten.

Met hormonen

Het gebruiken van de pil (anticonceptiepil) helpt bij sommige vrouwen. Bij een ernstige vorm van cyclische mastopathie is ook een andere behandeling met hormonen mogelijk. De internist-endocrinoloog (medisch specialist op het gebied van onder meer hormonen in het lichaam) kan daarbij behulpzaam zijn. Deze medicatie heeft veel bijwerkingen en wordt daarom pas in laatste instantie ingezet.

Chirurgische behandeling (behandeling door middel van een operatie) van mastopathie wordt afgeraden. Er is geen garantie dat de pijnklachten na een chirurgische behandeling zijn verdwenen.

Tot slot

Het behandelen van mastopathie is vaak een kwestie van uitproberen van maatregelen en/of behandelingen, om te kijken welke het beste aanslaat.

Bron: Pijn in de borsten, J.A. Roukema en C. van der Heul

Nederlands Tijdschrift Geneeskunde, 1998 21 maart;142(12)

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

111301082023