

Mastopathie

www.nwz.nl

Inhoud

Wat is mastopathie?	3
Angst voor kanker	4
Mogelijke behandelingen	4
Meer informatie	5
Uw vragen	6

Veel vrouwen hebben in meer of mindere mate last van mastopathie. Dit is de verzamelnaam voor goedaardige aandoeningen in het klierweefsel van de borsten. Het woord mastopathie is samengesteld uit het Griekse woord:

- **mastos**, wat borst betekent en
- **pathie**, wat ziekte of aandoening betekent

In deze folder vindt u verder uitleg over mastopathie en de mogelijke behandelingen hierbij.

■ Wat is mastopathie?

Mastopathie is een verzamelnaam van goedaardige aandoeningen waarbij:

- er sprake kan zijn van goedaardige knobbels of andere onregelmatigheden en/of
- (erge) pijn in de borst(en) is, die geen gevaar voor de gezondheid opleveren maar wel last veroorzaken

Zeker 10% van de vrouwen heeft hier in bepaalde mate last van. De oorzaak van mastopathie is niet altijd duidelijk. Wel is bekend dat hormonen een grote rol spelen. Veranderingen in de hormoonhuishouding en hormoonstommelingen - zoals bij een zwangerschap, stoppen met de pil, de overgang of verwijdering van de eierstokken - kunnen invloed hebben op mastopathie.

Er zijn 2 vormen van mastopathie: cyclische en niet-cyclische mastopathie.

Cyclische mastopathie

Deze vorm heeft te maken met de menstruatiecyclus. Zo'n 3 tot 7 dagen voor de menstruatie (dat is de periode dat de menstruatie op gang komt) kunnen vrouwen last hebben van:

- zware of gespannen borsten en
- soms stekende pijn waarbij de plek niet altijd goed is aan te wijzen

Vrouwelijke geslachtshormonen laten dan de borstklieren iets zwellen, wat gevoelige borsten kan veroorzaken.

Niet-cyclische mastopathie

Deze vorm komt minder vaak voor. Anders dan bij cyclische mastopathie is het onvoorspelbaar welke klachten op welk moment optreden. De pijn zit hierbij meestal wel op een duidelijk aanwijsbare plek. Vrouwen omschrijven de pijn vaak als brandend, scherp of zeurend. De pijn straalt vaak uit naar de oksel. Deze vorm van mastopathie komt vaker voor bij vrouwen boven de 40 jaar. De klachten nemen tijdens de overgang meestal af.

■ Angst voor kanker

Veel vrouwen met mastopathie zijn bang voor kanker. Dat is niet nodig. Een vrouw met mastopathie heeft geen verhoogd risico op het ontwikkelen van borstkanker.

■ Mogelijke behandelingen

Behandeling van mastopathie is gericht op vermindering van klachten, zoals overgevoeligheid en pijn.

Leefstijladviezen

- draag een goed sluitende (sport)beha zonder beugels met brede schouderbanden
- borsten kunnen bij kou pijnlijker aanvoelen. Zorg daarom voor warme kleding, een trui of vest
- bij sommige vrouwen helpt het om minder koffie, thee, cola, Red Bull 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 in het lichaam. Het duurt ongeveer 3 maanden voordat u hiervan effect kunt verwachten
- door veel stress kan u hormoonhuishouding gaan schommelen. Hierdoor kunt u klachten ervaren als pijnlijke borsten. Ontspanningsoefeningen en waar mogelijk stressvermindering kunnen helpen

Behandelingen met medicijnen

Teunisbloemolie

Hoewel niet wetenschappelijk onderbouwd hebben sommige vrouwen baat bij teunisbloemolie (= primrose oil). Dit bevat onverzadigd omega-6 vetzuur: gamma-linoleenzuur (GLA). U kunt na ongeveer 3 maanden effect verwachten. Teunisbloemolie is verkrijgbaar bij uw drogisterij of apotheek. Teunisbloemolie wordt afgeraden:

- bij zwangere vrouwen
- als u medicijnen slikt tegen depressie
- als u medicijnen slikt om het bloed te verdunnen of de bloeddruk te verlagen

Overleg in deze gevallen eerst met uw behandelend specialist voordat u teunisbloemolie gaat gebruiken.

Pijnstillers

Wilt u pijnstillers gebruiken? Dan kunt u dit het beste in overleg met uw specialist doen. De specialist kan beoordelen of gebruik van bijvoorbeeld paracetamol, Voltaren, Emugel, of diclofenac gel voor u veilig en geschikt is.

Hormonen

Sommige vrouwen hebben baat bij het slikken van de pil (anticonceptiepil). Andere vrouwen hebben juist minder klachten als ze stoppen met de pil. Overleg met uw huisarts als u denkt dat een verandering in het slikken van de pil u kan helpen.

Een operatie helpt over het algemeen niet bij mastopathische klachten.

■ Meer informatie

Voor meer informatie over goedaardige knobbels in de borst, adviseren wij u de folder: 'Een goedaardige knobbel in de borst' te lezen. Deze folder is te vinden op www.nwz.nl/patientenfolders

■ Uw vragen

Heeft u vragen over het bovenstaande? Afhankelijk van de locatie waar u onder behandeling bent, kunt u contact opnemen met de borstkliniek Noordwest van:

- locatie Alkmaar
telefoonnummer: 072 - 548 4160
e-mail: borstkliniek-alkmaar@nwz.nl
- locatie Den Helder
telefoonnummer: 0223 - 61 1650
e-mail: borstkliniek-denhelder@nwz.nl

De polikliniek is telefonisch bereikbaar op werkdagen van 08:30 - 11:30 uur en van 13:00 - 16:00 uur. Of neem digitaal contact op via [Mijn Noordwest \(nwz.nl/mijnnoordwest\)](https://mijnnoordwest.nl).

■ **Notities**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Noordwest Ziekenhuisgroep

Postbus 501

1800 AM Alkmaar

www.nwz.nl

tel 072 - 548 4444

Colofon

Redactie oncologie-chirurgie-borstkanker
 oncologie-algemeen
 communicatie

Druk Ricoh

Bestelnummer 287981

Op alle onderzoeken en behandelingen van Noordwest Ziekenhuisgroep zijn de algemene voorwaarden van Noordwest Ziekenhuisgroep van toepassing, zie www.nwz.nl