

# Mastopathie

# Inhoud

Mastopathie	3
Wat is mastopathie?	3
Angst voor kanker is niet nodig	4
Oorzaken van mastopathie	4
Mogelijke behandelingen	5
Meer informatie	6
Uw vragen	6

## Colofon

Redactie:	Polikliniek Chirurgie Afdeling Communicatie
Vormgeving:	Grafische Dienst
Oplage:	50 / 1e druk
Druk:	Grafische Dienst
Artikelnummer:	164793 / 2013.11

Op alle behandelingen in het Gemini Ziekenhuis zijn de algemene voorwaarden van het Gemini Ziekenhuis van toepassing zie [www.gemini-ziekenhuis.nl](http://www.gemini-ziekenhuis.nl) of vraag bij het Patiëntenservicebureau.

## Mastopathie

Veel vrouwen hebben in meer of mindere mate last van mastopathie. Dit is de verzamelnaam voor goedaardige aandoeningen in het klierweefsel van de borsten. In deze folder vindt u uitleg over deze aandoeningen en over de behandelmogelijkheden van mastopathie.

### Wat is mastopathie?

Mastopathie is een verzamelnaam voor goedaardige aandoeningen in de borst. (Masto betekent borst, pathie betekent ziekte of aandoening.) Mastopathie kan in één of in beide borsten voorkomen. Zeker tien procent van de vrouwen heeft in meer of mindere mate last van mastopathie. Het kan zijn dat u last heeft van:

- pijnlijke borsten die (vaak) gespannen aanvoelen waardoor u aanraking niet verdraagt;
- knobbels, strengtjes of schijfjes in de borst;
- onregelmatig aanvoelend klierweefsel;
- gespannen borsten die groter worden;
- heldere witte, gelige of groenige afscheiding uit de tepel(s);
- cysten (cysteuze mastopathie);
- bindweefselknobbels (fibro-adenomen).

Deze klachten en aandoeningen zijn niet gevaarlijk voor uw gezondheid, maar ze kunnen wel (erg) lastig zijn.

### Wat is een cyste (cysteuze mastopathie)?

Een cyste is een holte met vocht die ontstaat door verstopping in een uitvoergangetje van de melkklieren. Vooral als er spanning op staat, is een cyste goed te voelen als een ronde, stevige, gladde, beweeglijke en pijnlijke knobbel. Soms zijn er meerdere cysten in één of beide borsten aanwezig. Een cyste kan soms (in korte tijd) spontaan groeien, maar ook vanzelf weer kleiner worden of helemaal verdwijnen. Een eventuele pijnlijke cyste kan door een arts in het ziekenhuis zo nodig leeggezogen worden (punctie).

### Wat is een bindweefselknobbel?

Een andere goedaardige borstafwijking die veel voorkomt, is een bindweefselknobbel (fibro-adenoom). Dit is een gladde knobbel die uit

# Mastopathie

bindweefsel en klierweefsel bestaat. De knobbel kan langzaam groter worden, maar veroorzaakt meestal niet veel klachten. Een bindweefselknobbel is meestal niet te voelen.

## Angst voor kanker is niet nodig

Veel vrouwen met mastopathie zijn bang voor kanker. Maar mastopathie is geen kanker. Het is een goedaardige aandoening. Ook bestaat er bij de meest voorkomende vormen van mastopathie geen verhoogde kans op borstkanker. Angst voor kanker is dus niet nodig. Wel heeft een vrouw met mastopathie daarnaast kans om borstkanker te ontwikkelen, net als iedere andere vrouw.

## Oorzaken van mastopathie

De oorzaak van mastopathie is niet altijd duidelijk. Wel is bekend dat hormonen een grote rol spelen.

Grote veranderingen in de hormoonhuishouding en hormoonschommelingen - zoals bij een zwangerschap, stoppen met de pil of verwijdering van de eierstokken - kunnen invloed hebben op mastopathie.

Sommige vrouwen merken dat hun klachten erger worden. Soms krijgen vrouwen tijdens de overgang last van mastopathie. Na de overgang verdwijnen de klachten geleidelijk weer.

## Cyclische en niet-cyclische mastopathie

Vaak ook is mastopathie gebonden aan de menstruatie. Veel vrouwen hebben vooral vóór de menstruatie klachten. We noemen dit cyclische mastopathie. Andere vrouwen hebben, onafhankelijk van hun menstruatiecyclus, altijd klachten. We spreken dan van niet-cyclische mastopathie.

### *Cyclische mastopathie*

Zo'n drie tot zeven dagen voor de menstruatie, als de menstruatie op gang komt, hebben veel vrouwen last van zware of gespannen borsten. Dit wordt veroorzaakt door de vrouwelijke geslachtshormonen. Soms ook hebben vrouwen last van stekende pijn die ze niet exact kunnen aanwijzen. De meeste vrouwen voelen bovendien veel knobbeltjes in hun borsten.

### *Niet-cyclische mastopathie*

Niet-cyclische mastopathie komt minder vaak voor. Anders dan bij cyclische mastopathie is het onvoorspelbaar welke

klachten op welk moment optreden.

Bij deze vorm van mastopathie zit de pijn 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 veertig. De klachten nemen tijdens de overgang meestal af.

### Mogelijke behandelingen

Behandeling van mastopathie is gericht op vermindering van klachten, zoals overgevoeligheid en pijn. Afhankelijk van (de ernst van) uw klachten kunt u denken aan:

- leefstijladviezen;
- gebruik van de anticonceptiepil of een andere hormoonbehandeling;
- eventueel een operatie.

Het effect van de verschillende behandelingen is per vrouw (heel) verschillend en niet altijd te voorspellen. Het is daarom belangrijk dat u in overleg met uw arts en/of verpleegkundig specialist zo nodig meerdere adviezen en/of behandelingen uitprobeert.

### 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 bijvoorbeeld.
- Bij sommige vrouwen helpt het om minder koffie, thee, cola en wijn te drinken en minder kaas en chocolade te eten. Hierin 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.
- Misschien heeft u baat bij teunisbloemolie (eenmaal daags één capsule van 1000 milligram). U kunt na ongeveer drie maanden effect verwachten. Teunisbloemolie is verkrijgbaar bij uw drogisterij of apotheek.

# Mastopathie

## Behandeling met hormonen

Sommige vrouwen hebben baat bij het slikken van de pil (anticonceptiepil). Heeft u een ernstige vorm van cyclische mastopathie? Dan is eventueel ook nog een andere hormoonbehandeling mogelijk. Als u hiervoor in aanmerking komt, bespreekt uw arts of verpleegkundig specialist dit met u. Deze hormoonbehandeling heeft veel bijwerkingen en is daarom alleen mogelijk als andere behandelingen niet (voldoende) hebben geholpen.

## Operatie

Heeft u mastopathie op één duidelijke plek in de borst? Dan kan deze plek operatief verwijderd worden. Maar houdt u er rekening mee dat een operatie geen garantie is dat uw klachten verdwijnen. Er kan bovendien opnieuw mastopathie ontstaan op een andere plaats in de borst. Als u eventueel in aanmerking komt voor een operatie, bespreekt uw arts of verpleegkundig specialist dit verder met u.

## Meer informatie

### Stichting Begeleidingsgroep voor Vrouwen met Mastopathie (SBVM)

Postbus 2238  
5202 CE 's Hertogenbosch  
0877 - 86 21 34  
[www.mastopathie.nl](http://www.mastopathie.nl)

U kunt bij de SBVM ook de brochure 'Tobben over borsten' bestellen.

### Brochures van KWF

U kunt bij KWF Kankerbestrijding terecht voor de volgende (gratis) brochures:

- Borstzelfonderzoek, zo leer je je borsten kennen
- Borstafwijkingen, waar moet je op letten?

U kunt de brochures bestellen via de KWF Kanker Infolijn: 0800 - 022 66 22. Dat kan op werkdagen tussen 9.00 - 12.30 uur en 13.30 - 17.00 uur. Of via [www.kwfkankerbestrijding.nl/bestellen](http://www.kwfkankerbestrijding.nl/bestellen).



**Gemini Ziekenhuis**

Huisduinerweg 3  
1782 GZ Den Helder  
(0223) 69 69 69

**[gemini-ziekenhuis.nl](https://www.gemini-ziekenhuis.nl)**