

# Mastopathie, een goedaardige aandoening van de borsten



# Inhoud

Wat is mastopathie? .....	3
Pijn .....	3
Vormen van mastopathie .....	4
Cyclische mastopathie .....	4
Niet-cyclische mastopathie .....	4
Angst voor kanker .....	4
Mogelijke behandelingen .....	5
Zonder hormonen .....	5
Met hormonen .....	5
Operatief .....	5
Vragen .....	6
Contactgegevens .....	6

# Mastopathie, een goedaardige aandoening van de borsten

**Uw behandelend chirurg of verpleegkundig specialist heeft bij u de diagnose mastopathie gesteld. Mastopathie is een 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 algemene informatie over deze aandoening. Voor u persoonlijk kan de situatie anders zijn dan hier is beschreven. Als dit het geval is, legt uw behandelend arts of verpleegkundig specialist dit aan u uit.

## **Wat is mastopathie?**

Veel vrouwen krijgen na hun dertigste last van pijnlijke borsten, die regelmatig gespannen en/of pijnlijk aanvoelen en nauwelijks aanraking verdragen. Bij mastopathie zijn één of meer knobbels, strengetjes, schijfjes of brokjes in het borstweefsel te voelen. Het borstklierweefsel voelt 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, dit wordt cysteuze mastopathie genoemd. 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 last van lichte tot ernstige mastopathie.

## **Pijn**

Pijn speelt een grote rol in het leven van veel vrouwen met mastopathie. 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.

Kortweg: mastopathie is een verzamelnaam van goedaardige aandoeningen waarbij er sprake is van goedaardige knobbels of andere onregelmatigheden, en/of (erge) pijn in je borst(en), die geen gevaar voor de gezondheid opleveren, maar wel veel overlast veroorzaken.

## Vormen van mastopathie

Er zijn twee vormen van mastopathie:

- Cyclische mastopathie
- Niet-cyclische mastopathie

### Cyclische mastopathie

Dit heeft alles te maken met de menstruatiecyclus. 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 is geen vast patroon in te ontdekken en er is geen verband met de menstruatiecyclus. De pijn zit op een duidelijk aanwijsbare plek en wordt omschreven als brandend, scherp of knagend. Deze vorm komt vaker voor bij vrouwen boven de veertig. Tijdens de menopauze, ofwel overgang (de periode rond de laatste menstruatie) nemen de klachten vaak af, maar na de overgang kunnen ze weer terugkomen.

## Angst voor kanker

Mastopathie is geen kanker. Het is een goedaardige aandoening, maar 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

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 en de pijn te verminderen:

### Zonder hormonen

- 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, hoe pijnlijker de borsten kunnen aanvoelen.
- 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 kan verwachten van het stoppen met deze producten.
- Teunisbloemolie (primrose oil) 1 maal daags 1 capsule van 1000 milligram. Dit middel kunt u kopen bij de drogisterij of apotheek. Ook voor dit middel geldt dat het ongeveer drie maanden duurt voordat u effect kan verwachten.
- GLA-EPA (combinatie teunisbloemolie en visolie) 2 maal daags 2 capsules gedurende 4 maanden (innemen tijdens de maaltijd). Daarnaast 3 maal daags 1000 milligram paracetamol gedurende de eerste 6 weken.

### Met hormonen

- De anticonceptiepil ('de pil') gaan slikken helpt bij sommige vrouwen.
- Bij een ernstige vorm van cyclische mastopathie is een andere hormonale behandeling te overwegen. Deze behandeling heeft veel bijwerkingen. Daarom wordt pas in laatste instantie hiertoe besloten. Als dit voor u van toepassing is, bespreekt uw arts of nurse practitioner dit met u.

### Operatief

Bij mastopathie op één duidelijke plek in de borst kan deze plek operatief worden verwijderd. Dit geeft echter geen garantie dat de klachten verdwijnen. En naast dat het cosmetisch effect heeft kan een

operatie, door de vorming van littekenweefsel, de klachten juist ook laten toenemen. Bovendien kan mastopathie op een andere plaats in de borst opnieuw ontstaan. Als deze behandeling wordt overwogen, bespreekt uw arts of Verpleegkundig specialist dit verder met u.

Mastopathie behandelen is vaak een kwestie van enkele maatregelen en/of behandelingen proberen, om te kijken welke aanslaat.

## **Vragen**

Bij vragen of problemen kunt u altijd contact opnemen met de verpleegkundig specialist.

Voor meer informatie over deze aandoening en als u wil praten met een lotgenote, kunt u ook terecht bij:

### **Stichting Mastopathie**

0800 - 3 21 21 34

[www.mastopathie.nl](http://www.mastopathie.nl)

## **Contactgegevens**

Catharina Ziekenhuis

040 - 239 91 11

[www.catharinaziekenhuis.nl](http://www.catharinaziekenhuis.nl)

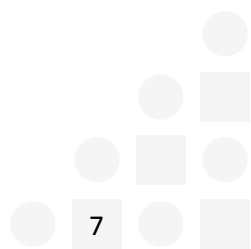
Spoedeisende Hulp

040 - 239 96 00

Verpleegkundig specialist mammacare

040 - 239 66 00

Routenummer(s) en overige informatie over de afdeling Chirurgie kunt u terugvinden op [www.catharinaziekenhuis.nl/chirurgie](http://www.catharinaziekenhuis.nl/chirurgie)





Altijd als eerste op de hoogte?

Meld u dan aan voor onze nieuwsbrief:

**[www.catharinaziekenhuis.nl/nieuwsbrief](http://www.catharinaziekenhuis.nl/nieuwsbrief)**

Michelangelolaan 2 – 5623 EJ Eindhoven  
Postbus 1350 – 5602 ZA Eindhoven