

Mammacare

Mastopathie

Uw arts heeft bij u de diagnose mastopathie gesteld. In deze folder vindt u meer informatie over deze ziekte en de mogelijke behandelingen. 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.

Wat is mastopathie?

Veel vrouwen krijgen na hun dertigste last van pijnlijke borsten, die regelmatig gespannen aanvoelen en nauwelijks aanraking verdragen. Bij mastopathie zijn één of meer knobbels, strengtjes, 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 (cysteuze mastopathie). 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 10 procent van de vrouwen heeft, in ernstige of minder ernstige mate, last van mastopathie.

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.

Kortom: mastopathie is een verzamelnaam van goedaardige aandoeningen waarbij er sprake is van goedaardige knobbels of andere onregelmatigheden, en/of (erger) pijn in de 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 voor de menstruatie (in de periode dat de menstruatie op gang komt) hebben veel vrouwen last van zware of gespannen borsten en soms stekende pijn. Vrouwelijke geslachtshormonen laten dan de borstklieren iets zwellen. Over het algemeen is de pijn niet exact aan te wijzen, maar 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, de pijn zit op een duidelijk aanwijsbare plek en wordt omschreven als brandend, scherp of knagend. Deze variant komt vaker voor bij vrouwen boven de veertig. Tijdens de menopauze 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.

In tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht, bestaat er bij de meest voorkomende vormen van mastopathie geen verhoogde kans op borstkanker. Wel kan iemand mastopathie hebben en daarnaast, net als elke andere vrouw, borstkanker ontwikkelen.

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 te verminderen:

Niet-hormonaal

- 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.
- Sommige vrouwen hebben baat bij het terugbrengen van de inname van koffie, thee, chocolade, cola, red bull, wijn en kaas. Hierin zitten methylxanthines en tyramines, stoffen die veel invloed kunnen hebben op de biochemische reacties in het lichaam. Het duurt ongeveer 3 maanden voordat u effect kan verwachten van het stoppen met deze producten.
- Teunisbloemolie (primrose oil) 1 maal daags 1 capsule, biedt in 40% van de gevallen verlichting. Dit middel is te verkrijgen bij de drogisterij. Ook voor dit middel geldt dat het ongeveer drie maanden duurt voordat u effect kan verwachten.
- Als u veel stress ervaart kan u hormoonhuishouding gaan schommelen mede hierdoor kan u klachten ervaren als pijnlijke borsten. Probeer indien mogelijk meer te ontspannen en de stress te verlagen.

Hormonaal:

- De anticonceptiepil gaan slikken helpt bij sommige vrouwen.
- Bij een ernstige vorm van cyclische mastopathie is een hormonale behandeling te overwegen. Gezien de bijwerkingen van deze behandeling wordt pas in laatste instantie hiertoe besloten.

Tot slot

Graag verwijzen wij u naar het filmpjes over mastopathie wat online beschikbaar is via www.flevoziekenhuis.nl/aandoening-behandeling/aandoening/borstkanker

Bij vragen of problemen kunt u altijd contact opnemen met de Verpleegkundig Specialist of mammacare-verpleegkundige.

De Verpleegkundig Specialist kunt u bereiken op:

(020) 7329896 (maandag t/m donderdag 8:00 tot 16:30 uur).

De mammacare-verpleegkundigen kunt bereiken op:

(020) 5663634 (maandag t/m vrijdag, 9:00 tot 11:00 uur).