



MASTOPATHIE

Na uw bezoek aan de Franciscus Borstkliniek heeft uw verpleegkundig specialist of physician assistant heeft bij u mastopathie vastgesteld.

Wat is mastopathie?

Mastopathie is een goedaardige aandoening van het klierweefsel van de borsten. Dat betekent dat het niet gevaarlijk is.

Veel vrouwen krijgen er last van in de jaren dat ze nog ongesteld worden. Tijdens de maandelijkse cyclus wisselen de vrouwelijke hormonen in het bloed. Het borstklierweefsel reageert op deze schommelingen. Daardoor kunnen de borsten opzwellen, pijn doen of gespannen voelen. Dit gebeurt vooral in de tweede helft van de cyclus. Deze ongevaarlijke, maar vervelende aandoening wordt mastopathie genoemd.

Soms ontstaan er ook vochtblaasjes in de borst. Dat noemen we cysten. Cysten zijn meestal glad en rond. De cysten kunnen enkele millimeters maar ook enkele centimeters groot zijn. Ze kunnen vanzelf verdwijnen, worden leeg geprikt of blijven gewoon zitten. Deze aandoening noemen we cysteuze mastopathie. Sommige vrouwen hebben meer aanleg voor (cysteuze) mastopathie dan andere vrouwen.

Mastopathie is niet gevaarlijk en u heeft geen extra risico op borstkanker.

Verskillende vormen van mastopathie

Er zijn 2 vormen van mastopathie:

- Cyclische mastopathie;
- Niet-cyclische mastopathie.

Cyclische mastopathie

Deze vorm heeft te maken met uw maandelijkse cyclus. 3 tot 7 dagen voordat u ongesteld wordt, kunt u:

- Pijnlijke of gespannen borsten krijgen;
- Stekende pijn voelen;
- Kleine knobbeltjes voelen.

Dit klachten krijgt u door de vrouwelijke geslachtshormonen.

Niet-cyclische mastopathie

Deze vorm komt minder vaak voor. Er is geen vast patroon ontdekt. De klachten:

- De pijn zit op 1 vaste plek;
- Het voelt brandend, scherp of stekend aan;
- Het komt vaker voor bij vrouwen boven de 40 jaar.

Na de overgang worden de klachten meestal minder.

Pijn aan de borsten (mastodynie)

Soms heeft u pijn aan de borsten, zonder dat dit met uw ongesteldheid te maken heeft. Dit heet mastodynie. De pijn kan dan komen door:

- Het borstklierweefsel;
- Spieren of ribben van de borstkas.

Waar moet ik op letten?

Het is heel belangrijk om bij een verandering aan de borst altijd naar uw huisarts of specialist te gaan. Een verandering kan borstkanker zijn. Alleen met onderzoek kan bepaald worden of een knobbel goedaardig of toch kwaadaardig is.

Behandeling

Ondanks het feit dat veel vrouwen last hebben van mastopathie, is het nog niet duidelijk waardoor het ontstaat. Maar er zijn wel dingen die kunnen helpen tegen de klachten.

Zonder hormonen (niet-hormonaal)

- **Draag een stevige beha** zonder beugels, met brede bandjes. Ook 's nachts kan dat prettig zijn.
- **Houd uw borsten warm:** kou kan de pijn erger maken. Draag een vest of trui.
- **Gebruik pijnstillers** zoals paracetamol. U mag 4 keer per dag 1000 mg nemen. Helpt dit niet? Overleg met de specialist voor andere medicijnen.
- **Leegprikken van cysten:** als een cyste pijn doet, kan de arts deze leegzuigen tijdens een echo-onderzoek. De radioloog kan met een dunne naald de cyste aanprikken en leegzuigen. Dit is een simpele behandeling en vaak een opluchting.
- **Let op wat u eet en drinkt:** minder koffie, thee, chocola, cola, wijn en kaas kan helpen. In deze producten zitten stoffen die invloed hebben op reacties in uw lichaam. U merkt misschien pas verschil na 3 maanden.
- **Teunisbloemolie (primrose oil):** slik 1 keer per dag een pil. Sommige vrouwen krijgen hierdoor minder last van de klachten. Dit is niet wetenschappelijk bewezen. Dit middel kunt u kopen bij een drogisterij, apotheek en natuurvoeding winkel. Het wordt niet vergoed door uw zorgverzekering. U merkt misschien pas verschil na 3 maanden. Teunisbloemolie is in de meeste gevallen veilig om te gebruiken. Wij raden patiënten met een manische depressie of epilepsie af het te nemen.

Met hormonen (hormonaal)

- **De anticonceptiepil** kan helpen bij sommige vrouwen.
- Bij ernstige klachten kan **een hormonale behandeling** worden besproken met uw specialist. Let op: deze behandeling geeft veel bijwerkingen. Omdat mastopathie onschuldig is, wordt deze behandeling liever niet gegeven. U kunt dit bespreken met de (verpleegkundig) specialist.
- **Na de overgang** worden de klachten meestal minder.

Samenvatting

- Mastopathie komt veel voor bij vrouwen die nog ongesteld worden.
- De klachten hangen vaak samen met hormoonschommelingen.
- De aandoening is niet gevaarlijk en geeft geen risico op borstkanker.
- Vaak is een hormonale behandeling niet nodig.
- Als u veel last heeft, zijn er verschillende mogelijkheden om de klachten te verminderen.

Vragen?

Het kan zijn dat u na het lezen van deze folder nog vragen heeft. U kunt de Borstkliniek dan gerust bellen. Zij zijn bereikbaar op werkdagen van 8.15uur tot 16.30 uur via 010 – 893 6010.

*Mei 2025
1227*