

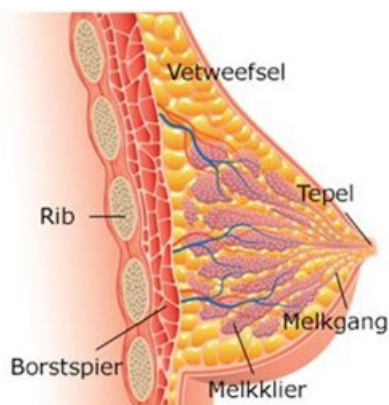
Goedaardige afwijkingen in de borst

Uw arts/ verpleegkundig specialist heeft bij u een goedaardige afwijking van de borst vastgesteld. In deze folder vindt u meer informatie over de functie en bouw van de borst en de veel voorkomende goedaardige afwijkingen.

Bouw en functie van de borst

In medische termen wordt de borst 'mamma' genoemd. De borst ligt op de borstspier en bestaat uit vet, bindweefsel en klierweefsel met afvoergangen. Deze afvoergangen monden uit in de tepel. De gepigmenteerde huid rond de tepel heet tepelhof of areola.

Wanneer u zelf uw borsten onderzoekt merkt u dat uw borsten niet gelijk aanvoelen. De linker- en rechterborst zijn nooit precies even groot en vaak is het verschil in grootte ook zichtbaar. U merkt dat het klierweefsel in uw borsten niet glad aanvoelt maar enigszins hobbelig. De verdeling van het klierweefsel is nooit helemaal gelijk. Het meeste klierweefsel zit meestal aan de buiten-bovenkant van de borst. Soms kan het klierweefsel tot helemaal in de oksel doorlopen. In het verloop van de menstruele cyclus kan van tijd tot tijd het klierweefsel zwellen en daarbij ook gevoelig zijn. Al deze eigenschappen, links/rechts ongelijk, meer of minder hobbelig, zacht of hard aanvoelend, gelijke of ongelijke verdeling van het klierweefsel, gevoeligheid van de borsten verschillen sterk van vrouw tot vrouw.



Naarmate de vrouw ouder wordt, verandert de samenstelling van de borst. Jonge borsten zijn vaak stevig en elastisch. Dit komt omdat de borst dan nog voornamelijk uit bindweefsel bestaat. Bij het ouder worden gaan de borsten vaak hangen, het bindweefsel wordt slapper. Daarnaast verandert door de afname van oestrogeen in de overgang het melkklier- en vetweefsel. De borsten worden minder stevig en kunnen anders aan gaan voelen, dit is een natuurlijk proces.

De functie van de vrouwelijke borst is het geven van melk aan de baby. De melk wordt gemaakt in de melkklieren die uitmonden in melkgangen. Deze komen in de tepel bij elkaar en hebben daar een uiterst kleine opening naar buiten. Melkklieren en melkgangen zijn hooguit enkele millimeters groot en kunnen met het blote oog niet van elkaar worden onderscheiden. Vandaar dat wordt gesproken over klierweefsel, waarmee melkklieren en melkgangen samen worden bedoeld.

Er zijn verschillende goedaardige afwijkingen van de borst

Cyste

Eén van de meest voorkomende goedaardige afwijking in de borst is een cyste.

Een cyste is een holte, in dit geval een melkklier, gevuld met vocht. Een cyste kan ontstaan door verstopping van een uitvoergangetje van een melkklier. Als de borsten gespannen zijn, is een cyste te voelen als een ronde stevige knobbel die je een beetje kunt bewegen. Er kunnen meerdere cysten in één of beide borsten voorkomen.

Een cyste kan onbehandeld blijven, kan spontaan verdwijnen. Soms kan een cyste middels een punctie worden leeggezogen. Dit is alleen nodig als de cyste pijn doet en erg groot is. Na leegzuigen kan een cyste zich weer opnieuw vullen. De cystewand produceert namelijk het vocht en deze blijft ook na de punctie bestaan.

Fibroadenoom (bindweefselknobbel)

Een fibroadenoom is het meest voorkomende goedaardige 'knobbeltje' in de borst. Het is een gladde, ronde of ovale knobbel die meebeweegt met het borstweefsel.

Fibroadenomen komen meestal voor bij vrouwen jonger dan 35 jaar. Driekwart van alle knobbeltjes op deze leeftijd is een fibroadenoom. Ze kunnen ook op oudere leeftijd voorkomen. Wanneer een fibroadenoom groeit, of anders gaat aanvoelen, is het een reden voor nieuw onderzoek en diagnosestelling.

Als door weefselonderzoek vastgesteld is dat de knobbel een fibroadenoom is, zijn er een aantal mogelijkheden. In overleg met uw behandelaar wordt meestal besloten om verder niets te doen. Sommige vrouwen hebben echter veel last van hun fibroadenoom. Bijvoorbeeld omdat het voor iedere menstruatie pijnlijk is of omdat het precies onder de rand van de BH zit. Er kan dan besloten worden het fibroadenoom operatief, in dagbehandeling te verwijderen. Nadeel van een operatie is dat er een litteken ontstaat.

Lipoom (vetweefselknobbel)

Een lipoom, een vetweefselknobbel is een goedaardige afwijking die ontstaat vanuit het vetweefsel in de borst. Een lipoom voelt 'zacht' aan is veelal pijnloos. Hij kan in grootte toenemen en verdwijnt eigenlijk nooit spontaan.

Als de diagnose lipoom is vastgesteld kan er een afwachtend beleid gevoerd worden. Een operatie is niet nodig. Als er om cosmetische redenen een operatie gewenst is, kan een lipoom goed weggehaald worden zonder grote littekens of vormverandering van de borst.

Papilloom

Een papilloom is een goedaardige afwijking, een soort poliep in de hoofdmelkgang, veelal direct achter de tepel gelegen. Soms produceren ze een geel of bloederig vocht of veroorzaken ze een ingetrokken tepel. Papillomen komen met name voor bij vrouwen tussen de dertig en vijftig jaar.

Wanneer een papilloom wordt ontdekt, is het wenselijk om deze melkgang met papilloom operatief te verwijderen (microdochoectomie). Deze operatie vindt plaats in dagbehandeling.

Ductectasie (verwijde melkgang)

Ductectasieën zijn verwijde melkgangen met daarin soms een chronische ontsteking en/of tepelvloed. Het komt met name voor bij vrouwen voor of rond de menopauze. Het is onbekend wat de oorzaak hiervan is. Is de tepelvloed of chronische ontstekingsverschijnselen erg storend, dan is het raadzaam om operatief (enkele) verwijde melkgang(en) te verwijderen (microdochoectomie). Soms is het nodig om alle tepeluitgangen te verwijderen (conusexcisie). Hierbij wordt het kliefweefsel achter de tepel en tepelhof verwijderd middels een snee langs de tepelhof.

Mastopathie

Mastopathie is een verzamelnaam van goedaardige aandoeningen waarbij er sprake is van goedaardige knobbels of andere onregelmatigheden in de borst die ook pijn kunnen veroorzaken. Het Griekse woord 'mastos' betekent borst en 'patho' betekent aandoening.

Mastopathie kan voorkomen in één borst of in beide borsten. Zeker tien procent van de vrouwen heeft, in meer of minder ernstige mate, last van mastopathie. In het leven van veel vrouwen met mastopathie speelt pijn een grote rol. 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. Mastopathie is een goedaardige aandoening. Het is geen kanker. Bij de meest voorkomende vormen van mastopathie is de kans op borstkanker niet groter dan bij vrouwen zonder mastopathie.

Wat zijn oorzaken van mastopathie?

Het is niet altijd even duidelijk waardoor mastopathie veroorzaakt wordt. Mastopathie zien we meestal bij vrouwen tussen de 35 en 50 jaar. Er bestaan twee vormen van mastopathie:

Cyclische mastopathie

Mastopathie gerelateerd aan de menstruatiecyclus. Drie tot zeven dagen vóór de menstruatie ontstaan de klachten: zware of gespannen borsten en soms stekende pijn. Vrouwelijke geslachtshormonen laten de borstklieren dan iets zwellen. Over het algemeen is de pijn niet exact aan te wijzen, maar vaak voelt een vrouw wel knobbeltjes in de borsten.

Niet-cyclische mastopathie

Mastopathie niet gerelateerd aan de menstruatiecyclus. Deze vorm komt minder vaak voor. De pijn zit op een duidelijk aanwijsbare plek, is brandend, scherp of zeurend en straalt vaak uit naar de oksel. Deze variant komt meer voor bij vrouwen ouder dan veertig jaar. Tijdens de menopauze nemen de klachten vaak af.

Hoe wordt mastopathie behandeld?

Behandeling zonder hormonen

Helaas zijn er geen adviezen te geven die voor elke vrouw met mastopathie afdoende zijn. Onderstaande adviezen kunnen mogelijk verlichting van de klachten geven.

Ondersteuning

Steun de borsten door het dragen van een stevige BH. Een (sport)BH met brede banden en zonder beugels is vaak prima geschikt.

Dieet

Sommige vrouwen zijn gebaat bij minder of geen gebruik van koffie, thee, chocolade, cola, wijn en kaas. In deze producten zitten methylxanthines en tyramines. Deze stoffen kunnen invloed hebben op verschillende processen in het lichaam. Het duurt ongeveer drie maanden voordat u effect kunt verwachten van het stoppen met deze producten.

Ook lijkt er een verband te bestaan tussen een tekort aan onverzadigde vetzuren en het ontstaan van mastopathie. U kunt zorgen voor meer onverzadigde vetzuren in de voeding door uw brood te besmeren met dieetmargarine of dieethalvarine en te bakken in vloeibaar bak- en braadvet of olie.

Warmte en kou

Sommige vrouwen ervaren verlichting van de klachten door warmte, bijvoorbeeld door een warme douche te nemen. Warme kleding is dan ook belangrijk. Warme kompressen kunnen soms verlichting van de klachten geven.

Sommige vrouwen vinden kou juist aangenaam. Het gebruik van een coldpack kan dan voor (tijdelijke) verlichting zorgen.

Pijnbestrijding

Bij pijnklachten mag paracetamol gebruikt worden: 3 tot 4 x daags 2 tabletten van 500 mg. Helpt dit onvoldoende, overleg dan met uw huisarts of u (tijdelijk) andere pijnstillers mag gebruiken.

Teunisbloemolie

Teunisbloemolie (primrose oil) is verkrijgbaar in verschillende toedieningsvormen. U kunt het kopen bij de drogist of reformzaak . Dit middel biedt in 40% van de gevallen verlichting. Ook hierbij duurt het ongeveer drie maanden voordat u effect kunt verwachten.

Behandeling met hormonen

Sommige vrouwen ervaren verlichting van de klachten als ze de anticonceptiepil gaan gebruiken. Anderen hebben juist minder klachten als ze stoppen met de pil. Soms geeft verandering van pil verlichting van klachten.

Bij een ernstige vorm van cyclische mastopathie is een hormonale behandeling te overwegen. Gezien de mogelijke bijwerkingen van deze behandeling, wordt pas in laatste instantie hiertoe besloten.

Bovenstaande informatie is geschreven samen met artsen en (gespecialiseerd) verpleegkundigen van de genoemde afdeling(en). De afdeling communicatie & patiëntenvoorlichting verzorgt de eindredactie van deze folder.

Heeft u vragen en/of opmerkingen over deze folder? Belt u dan met de genoemde afdeling(en) of stuur een e-mail naar PatiëntService, psb@bernhoven.nl.

Bernhoven

Nistelrodeseweg 10
5406 PT UDEN

Postbus 707
5400 AS UDEN

T: 0413 - 40 40 40
E: communicatie@bernhoven.nl
I: www.bernhoven.nl



Ga naar
www.zorgkaartnederland.nl

Code: Datum gewijzigd: woensdag 23 september 2020