

U bent in Ziekenhuis Amstelland geweest en heeft een aantal onderzoeken ondergaan in verband met klachten van de borst(en). De radioloog heeft bij u een goedaardige afwijking vastgesteld. In deze folder vindt u meer informatie over de functie en opbouw van de borst en veel voorkomende goedaardige afwijkingen. Ook vindt u informatie over de eventuele behandeling hiervan.

Functie en bouw van de normale vrouwenborst

De functie van de borst (medische term 'mamma') is het geven van borstvoeding aan de zuigeling. Melkklieren in de borst maken melk aan en via melkgangen komt de melk via de tepel naar buiten. Deze klieren en gangen zijn zeer klein en daarom niet afzonderlijk van elkaar te onderscheiden met het blote oog. Daarom wordt gesproken over het borstklierweefsel als geheel. Naast klierweefsel bevat de borst vetweefsel en bindweefsel voor de stevigheid. De donkerder gekleurde huid rond de tepel heet de tepelhof (areola). Hierin bevinden zich kleine talgkliertjes (kliertjes van Montgomery) die een vette substantie aanmaken die zorgt dat de tepel(hof) soepel blijft. Achter het borstweefsel ligt de grote borstspier (pectoralis spier), boven op de ribbenkast.

Het borstklierweefsel voelt niet glad maar een beetje hobbelig. Ook zijn beide borsten nooit precies even groot, dit is normaal. Het meeste klierweefsel bevindt zich aan de boven-buitenkant en

kan soms helemaal doorlopen tot in de oksel. Een jonge vrouw heeft relatief veel klierweefsel en minder vetweefsel. Bij het ouder worden (met name na de overgang) neemt de hoeveelheid en activiteit van het klierweefsel af en neemt het vetweefsel toe. Deze samenstelling van de borst is van invloed op de beoordeelbaarheid van het mammogram van de borst. Klierweefsel is wit op de foto en vetweefsel zwart, een eventuele afwijking is ook wit. Als de borst dus veel klierweefsel bevat is het mammogram (een röntgenfoto van de borst) minder goed te beoordelen op afwijkingen.

Borstklierweefsel staat onder invloed van hormonale veranderingen in het lichaam. Daarom kan in de loop van de menstruatiecyclus het klierweefsel anders aanvoelen en/of pijnlijk zijn. Het verlies van helder vocht uit de tepel (niet bloederig) is meestal een normaal verschijnsel. Ook het voorkomen van vochtblaasjes in de borst (cysten) behoort tot de normale bevindingen.

Goedaardige afwijking aan de borst

Een goedaardige borstafwijking noemen we ook wel een goedaardig 'gezwel' of goedaardige 'tumor'. Soms is een goedaardige tumor goed voelbaar, maar soms ook niet. Een goedaardige tumor drukt het omliggende weefsel opzij zonder schade aan te richten, in tegenstelling tot een kwaadaardige tumor. Een goedaardige tumor kan

pijnklasten geven of door de grootte van de tumor klachten geven en wordt om die reden soms verwijderd.

Welke goedaardige afwijkingen zijn er?

De radioloog of chirurg bespreekt met u welke goedaardige afwijking bij u is vastgesteld, zoals:

- Bindweefselknobbel
- Vetweefselknobbel of lipoom
- Cyste
- Pijnklachten van de borst(en) of mastopathie

Bindweefselknobbel

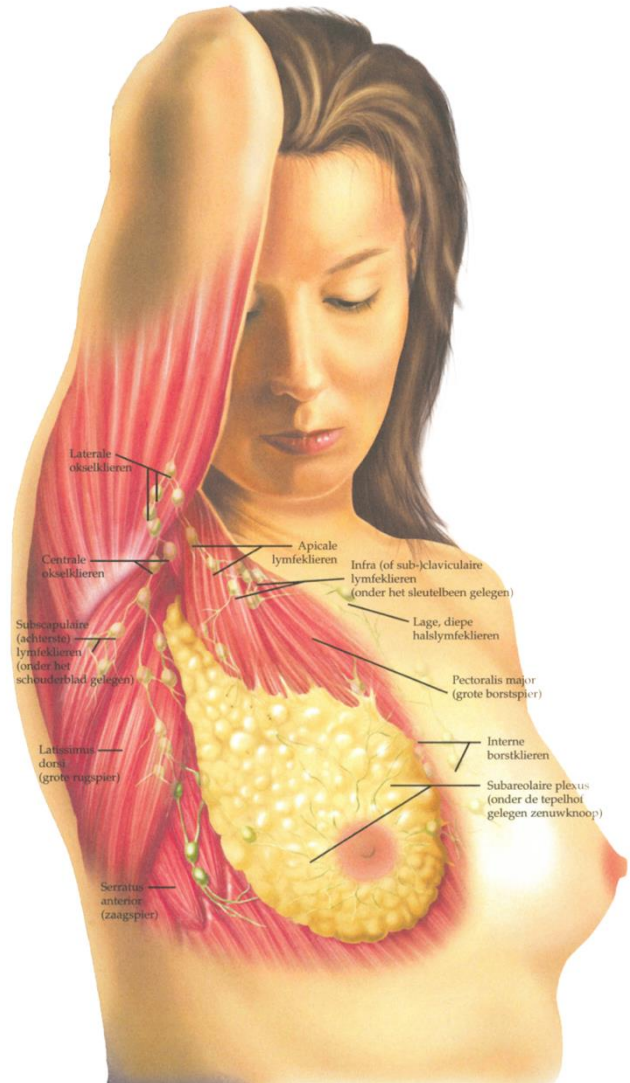
Een veelvoorkomende goedaardige afwijking in de borst is een fibroadenoom of bindweefselknobbel. Dit is een gezwell dat ontstaat door plaatselijke groei van steun- en klierweefsel. Ze komen veel voor met name bij jonge vrouwen. Net als andere goedaardige gezwellen drukt een fibroadenoom het omringende weefsel wel opzij, maar groeit er niet in. Het voelt aan als een zacht, stevig en meestal pijnloos knobbeltje. Ze zijn beweeglijk in de borst. Vlak voor de menstruatie kan een fibroadenoom gevoelig/pijnlijk zijn en bij zwangerschap kan het groter worden.

Vetweefselknobbel of lipoom

Ook de vetweefselknobbel is een goedaardige tumor. Deze ontstaat vanuit het vetweefsel in de borst. Vetweefselknobbels voelen in het algemeen vrij zacht aan. Ook voor de vetweefselknobbel geldt dat deze het omringende weefsel opzij kan drukken maar gezonde cellen niet aantast.

Cyste

Een cyste is een andere veelvoorkomende goedaardige afwijking in de borst. Dit zijn kleine met vocht gevulde blaasjes. Een cyste kan bijvoorbeeld ontstaan door een verstopping in een melkgang. Vooral als er spanning op staat, is een cyste goed voelbaar als een ronde, stevige knobbel.



Deze kan dan ook pijnlijk zijn. Soms zijn er verschillende cysten in één of in beide borsten aanwezig.

Als een cyste veel klachten geeft kan deze door de radioloog worden aangeprikt en worden leeggezogen. Na verloop van tijd kunnen deze cysten zich vaak opnieuw vullen met vocht. Ook cysten staan onder invloed van hormonen, en kunnen groter/pijnlijk worden voorafgaand aan de menstruatie.

Papillomen

Papillomen zijn kleine gezwellen die voorkomen in de melkgangen, meestal net onder de tepelhof. Korte en heldere tepeluitvloed wijst vaak op papillomen. Meestal is dit onschuldig. Papillomen komen het meeste voor bij vrouwen tussen de 30 en 50 jaar. Soms is een operatie wenselijk.

Kalkspatjes of microverkalkingen

Kalkspatjes zijn niet voelbaar maar worden door een mammografie in beeld gebracht. Bij twijfel over de aard volgt een operatieve behandeling en wordt het weefsel nader onderzocht.

Pijnklachten van de borst(en)

Dit is een veelvoorkomende klacht en vaak wordt er geen onderliggende oorzaak gevonden. De pijn wordt dan veroorzaakt door het klierweefsel zelf. Hiervoor wordt ook wel de term 'mastopathie' of 'mastodynïe' gebruikt. Vaak bevinden de klachten zich in beide borsten. Het klierweefsel is compact en de borsten voelen stevig en/of gespannen aan. Soms zijn er cysten en/of fibroadenomen aanwezig, en er kan sprake zijn van afscheiding uit de tepel(s).

De pijnklachten zijn in te delen in 3 groepen:

1. Pijn die wel verband houdt met de menstruatie
2. Pijn die niet verband houdt met de menstruatie
3. Pijn die niet door de borsten worden veroorzaakt

1. Pijn die wel verband houdt met de menstruatie

Dit heeft te maken met de hormoonhuishouding. Veel vrouwen merken een duidelijke relatie tussen de pijnklachten en de menstruatiecyclus. De klachten zijn dan het hevigst vlak voor de menstruatie en nemen af als de menstruatie begint. Door hormonale schommelingen rondom de overgang kunnen de klachten tijdelijk verergeren. Het starten of juist staken van anticonceptie kan ook invloed hebben op de klachten.

Uit onderzoek is gebleken dat deze pijn over het algemeen niet veroorzaakt wordt door borstkanker. Bij twijfel/ongerustheid kan de huisarts besluiten toch een mammografie te laten maken.

Wat kunt u ertegen doen?

- Draag een goed steunende (sport)beha, bij voorkeur zonder beugels met brede schouderbanden. Zorg voor warme kleding, koude kan de pijnklachten verergeren.
- Teunisbloemolie (Primrose oil) is het meest aanbevolen middel en vrij te verkrijgen bij de drogisterij. Het is geen medicijn maar een supplement en wordt niet vergoed door uw zorgverzekeraar.
- Sommige voedingsstoffen bevatten substanties (o.a. tyramines) die de klachten kunnen verergeren, bv koffie, thee, cola, wijn, chocolade en bepaalde kaassoorten. Er zijn vrouwen die baat hebben bij het verminderen van het gebruik van deze voedingsmiddelen. -Het gebruik van onverzadigde vetzuren zou de klachten juist kunnen verminderen. Deze vetzuren zitten o.a. in dieetmargarine, dieethalvarine en vloeibaar bak- en braadvet of olie.
- Hoewel er geen wetenschappelijk bewijs voor is, kunnen sommige vrouwen baat hebben bij alternatieve geneeswijzen zoals acupunctuur en homeopathie.
- Slikken van de anticonceptiepil geeft bij sommige vrouwen verlichting van de klachten, maar kan ook juist verergering geven.
- Bij ernstige, invaliderende pijnklachten kan een hormonale behandeling worden voorgeschreven. Gezien de bijwerkingen van deze behandeling moeten de voordelen goed tegen de nadelen worden afgewogen.

Bij het gebruik van Teunisbloemolie of een verandering in uw dieet kan het tot wel 3 maanden duren voordat u effect bemerkt. Vaak is het nodig meerdere opties uit te proberen om te kijken wat in uw situatie het beste resultaat geeft.

2. Pijn die geen verband houdt met de menstruatie

Dit wordt ook wel spontane of plaatselijke mastodynie genoemd. Hierbij is precies aan te geven waar de borst pijn doet. De pijn wordt niet door hormonen veroorzaakt, maar door iets in het borstweefsel. Er kan sprake zijn van een (oude) verwonding. Soms treedt het op na een punctie of na een operatie.

Als deze pijn optreedt is het verstandig de borsten door de huisarts te laten onderzoeken. Als de pijn heel plaatselijk is, kan de pijn worden veroorzaakt door een cyste of fibroadenoom. Dit kan door middel van een mammografie en/of echo worden ontdekt.

Wat kunt u ertegen doen?

Er zijn geen speciale geneesmiddelen tegen deze pijn. Soms kan paracetamol of ibuprofen helpen. Een zorgvuldig onderzoek is de beste 'behandeling', vanwege de geruststelling die daarvan uitgaat.

3. *Pijn die niet door de borsten wordt veroorzaakt*

Pijn aan de borstkas, gewrichtsontstekingen (tussen de ribben en het borstbeen) kunnen de oorzaak zijn. Maar ook aderontstekingen kunnen pijn geven. Een aderontsteking treedt meestal op aan de buitenzijde van de borst. Soms voel je op de meest gevoelige plek een soort streng of richel.

Behandeling

Uw behandelend arts bespreekt met u welke behandeling nodig is. In principe richt een goedaardige tumor geen schade aan. Maar als de tumor het omringende weefsel belemmert in zijn functie of pijn aanricht, is het wenselijk de tumor toch te verwijderen. Een andere reden om een goedaardige tumor te verwijderen, is grote ongerustheid van de patiënt.

Zelfcontrole

Het is en blijft belangrijk om maandelijks een zelfonderzoek van de borsten te doen. Hierdoor kunnen afwijkingen in een vroeg stadium worden ontdekt. Hoe u dit het beste kunt doen, leest u op de site van www.borstkanker.nl:

<https://www.borstkanker.nl/medische-informatie/heb-ik-borstkanker/zelfonderzoek-bij-borstkanker>

Ondanks dat er een goedaardige afwijking bij u is geconstateerd, is dit geen reden om aan te nemen dat een nieuwe klacht ook gebaseerd is op deze goedaardige aandoening. Bij ongerustheid, toename van de klachten of het vinden van een nieuwe 'knobbel', kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts of met de Polikliniek Chirurgie.

Bereikbaarheid

Als u na thuiskomst nog vragen heeft of onverwachte problemen krijgt, dan kunt u altijd tijdens kantooruren naar de onderstaande nummers bellen.

Ziekenhuis Amstelland

Telefoonnummer polikliniek Chirurgie: 020 – 755 7014

Telefoonnummer afdeling Radiologie: 020 – 755 7078

E-mailadres: mammapoli@zha.nl

Buiten kantooruren neemt u contact op met de receptie van Ziekenhuis Amstelland en vraagt u naar het dienstdoende avond- of nachthoofd, telefoonnummer 020 - 755 7000.