



U ontvangt deze informatie, omdat uw arts of verpleegkundig specialist bij u een goedaardige afwijking aan uw borst heeft vastgesteld. In deze informatie kunt u meer lezen over de bouw van de borst en de veelvoorkomende goedaardige afwijkingen. Als u nog vragen heeft, kunt u contact met ons opnemen. Onze contactgegevens staan op de website www.reinierdegraaf.nl.

De bouw van de borst

De functie van de vrouwelijke borst (in medische termen mamma genoemd) 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 we spreken over klierweefsel. Daarmee bedoelen we zowel de melkklieren als de melkgangen.

Naast het klierweefsel is de borst opgebouwd uit steunweefsel voor de stevigheid en vetweefsel voor bescherming en vulling. De gepigmenteerde huid rond de tepel heet tepelhof of areola en produceert tijdens het geven van borstvoeding een vette substantie. Klierweefsel, steunweefsel, vetweefsel en huid liggen op de borstspier (musculus pectoralis) en deze ligt weer op de ribben en de tussenribspieren.

Bij de meeste vrouwen zijn de borsten niet gelijk: de ene borst is iets groter dan de andere of de ene tepel zit iets hoger dan de andere. Sommige vrouwen hebben vlak voordat ze ongesteld worden gezwollen en pijnlijke borsten en voelen dan knobbeltjes. Bijna altijd zijn dit onschuldige verschijnselen, die ontstaan door veranderingen in de hormonen van het lichaam.

Goedaardige tumoren

Er zijn verschillende goedaardige tumoren of afwijkingen:

Cyste

Een cyste is een goedaardige aandoening die vaak voorkomt. Een cyste is een met vocht gevulde holte. Een cyste ontstaat doordat een uitvoergangetje van een melkklier verstopt raakt. Als de borsten gespannen zijn, voelt de cyste aan als een ronde, stevige knobbel. Er kunnen meer cysten in één of beide borsten zitten. Cysten kunnen zonder dat u het merkt ontstaan en weer weggaan. Een cyste kan pijnlijk zijn en ook in grootte toe- of afnemen. Wij kunnen een cyste vaststellen met mammografie en echo. Om de diagnose te stellen is meestal geen punctie nodig. Als u er veel klachten van heeft, kan de radioloog de cyste onder begeleiding van een echo eventueel leegzuigen. Dit geeft echter geen garantie dat de cyste voorgoed wegblijft; de holte waaruit het cystevocht is gehaald kan zich opnieuw vullen met vocht.

Fibroadenoom

Een goedaardige tumor die vaak voorkomt is een fibroadenoom. Een fibroadenoom is niet (zoals een cyste) met vocht gevuld, maar bestaat van binnen uit bindweefsel dat een soort rondje vormt binnen de borstklier. Het is een onschuldige aandoening die vaak bij jonge vrouwen voorkomt. Met mammografie en/of echografie kan een afwijking eruitzien als een fibroadenoom. Vaak krijgt u een punctie of een biopsie voor cel- of weefselonderzoek om daarmee vast te stellen dat het gaat om een fibroadenoom. Als alternatief voor een punctie kunnen wij met u ook een afspraak maken voor controle na zes maanden.



Als met punctie of biopsie bewezen is dat het om een fibroadenoom gaat, is controle in principe niet nodig. Een fibroadenoom blijft ook in de toekomst goedaardig. In principe kan het fibroadenoom dus blijven zitten.

Als het klachten geeft, kunt u ook kiezen voor het verwijderen ervan. Het verwijderen gaat via een operatie in dagbehandeling en u krijgt hiervan een litteken. Wij maken het litteken vaak zo dat dit zo min mogelijk opvalt, bijvoorbeeld langs het tepelhof (als dit technisch mogelijk is).

Lipoom

Een lipoom is een vetweefselknobbel. Het is een goedaardige tumor die ontstaat vanuit het vetweefsel in de borst. Vetweefselknobbels voelen over het algemeen zacht aan. Om de diagnose te stellen, is meestal een mammografie met echo voldoende. Een lipoom hoeft u niet te laten verwijderen.

Mastopathie

Mastopathie is een verzamelnaam voor goedaardige aandoeningen in het klierweefsel van de borsten. Het borstklierweefsel voelt niet glad aan. U voelt één of meer knobbels, strengnetjes, schijfjes of brokjes. Ook kunnen uw borsten heel gespannen zijn. Vaak is mastopathie de oorzaak van de pijnklachten. Soms komt er afscheiding uit de tepel(s). Mastopathie kan voorkomen in één borst of in beide borsten. Veel vrouwen hebben er vooral voordat ze ongesteld worden last van, anderen altijd. Rond de overgang zijn de borsten vaak erg pijnlijk en niet glad.

Oorzaken van mastopathie

Wat de oorzaak van mastopathie is, is niet altijd even duidelijk. Hormonen spelen in ieder geval een grote rol. Dat verklaart waarom mastopathie vaak gebonden is aan de menstruatie. Veel vrouwen hebben er met name voor de menstruatie last van, anderen altijd. Grote veranderingen in de hormoonhuishouding, zoals zwangerschap, stoppen met de pil of verwijdering van de eierstokken, kunnen invloed hebben op mastopathie. Sommige vrouwen merken dat de klachten die er al waren, in de overgang verergeren. Er zijn ook vrouwen die tijdens de overgang last van mastopathie krijgen. Ook dat heeft te maken met hormoonschommelingen. Na de overgang verdwijnen de klachten geleidelijk.

Mogelijke behandelingen en tips bij mastopathie

Ondanks het feit dat veel vrouwen last hebben van mastopathie en er nog geen duidelijkheid is over de oorzaak, kunt u wel veel doen om de overgevoeligheid te verminderen:

Kleding

Draag een goed steunende (sport)beha (bij voorkeur zonder beugels en met brede schouderbandjes); zorg voor warme kleding (hoe kouder u het hebt, hoe pijnlijker de borsten kunnen aanvoelen).

Voedingsgewoonten

Er lijkt een verband te bestaan tussen een tekort aan onverzadigde vetzuren en het ontstaan van mastopathie. Het aanpassen van de voedingsgewoonten zou de klachten van mastopathie kunnen verminderen.



Pijnstillers

In overleg met uw arts kunt u pijnstillers nemen.

Hormonale behandeling

Bij sommige vrouwen vermindert de mastopathie wanneer zij de pil gaan gebruiken of in overleg met de (huis)arts overstappen op een ander merk. Bij een ernstige vorm van cyclische mastopathie kunt u in overleg met uw arts een hormonale behandeling overwegen.

Operatie

In principe adviseren wij geen operatie bij mastopathie.

Alternatieve behandelwijzen

U kunt alternatieve behandelwijzen overwegen, maar er is nog geen bewijs dat dit werkt. In overleg met uw arts of verpleegkundig specialist kunt u kiezen voor aanvullende behandeling met teunisbloemolie, period support of behandeling met behulp van acupunctuur, homeopathie of natuurgeneesmiddelen.

De behandeling van mastopathie is vaak een kwestie van enkele behandelingen proberen om te bezien welke aanslaat.

Papillomen

Papillomen zijn kleine gezwellen die voorkomen in de melkgangen, meestal net onder het tepelhof. Korte en heldere tepeluitvloed wijst vaak op papillomen. Papillomen komen het meeste voor bij vrouwen tussen de dertig en vijftig jaar. Wanneer wij een papilloom ontdekken, verwijderen wij de melkgang waar deze zich in bevindt operatief om het ontstaan van kanker te voorkomen. De snee maken wij meestal bij het tepelhof. Ook kunnen wij weefsel weghalen via de ingang van de tepel zelf. Deze operatie heet microdochectomie en voeren wij uit in dagbehandeling.

Kalkspatjes of microverkalkingen

Kalkspatjes zijn niet voelbaar, maar brengen wij door een mammografie in beeld. Ze kunnen goedaardig zijn, maar ook wijzen op een voorstadium van borstkanker (carcinoma in situ) of borstkanker. De radioloog geeft aan of de kalkspatjes er goedaardig uitzien of dat er nader onderzoek nodig is. Zo nodig neemt de arts een weefselbiopt af; meestal op geleide van mammografie in twee richtingen. We noemen dit een stereotactisch biopt. De uitslag van dergelijke biopten bespreken wij altijd met het hele behandelteam tijdens het multidisciplinair overleg. Hierin zitten onder andere een patholoog, radioloog, chirurg en verpleegkundig specialist. Dit team kijkt onder andere of er genoeg kalk in het weefselbiopt zit en of het team het biopt als representatief kan beschouwen. Als de uitslag goedaardig weefsel laat zien, kan het gebied met kalkspatjes in principe blijven zitten. Soms geven wij advies voor extra controle.



Controle van uw borsten

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. Het is en blijft belangrijk om uw borsten goed te leren kennen en veranderingen en afwijkingen in een vroeg stadium te ontdekken.

Bij ongerustheid, toename van de klachten of het vinden van een nieuwe knobbel, kunt u het beste contact opnemen met uw huisarts of met ons borstkankercentrum (onderdeel van Chirurgie). Meer informatie en contactgegevens vindt u op onze website www.reinierdegraaf.nl.