

Afdeling

# Mastopathiespreekuur

Het mastopathiespreekuur is bedoeld voor vrouwen met pijnlijke borsten.

Bij het mastopathiespreekuur onderzoeken we waar uw klachten vandaan komen en kijken we naar een mogelijke behandeling. Wij vinden het belangrijk bij een eventuele behandeling uit te gaan van ieders persoonlijke situatie en wensen. Op het mastopathiespreekuur stellen wij samen met u een persoonlijk behandelplan op, afgestemd op uw klachten en de gevonden afwijkingen.

**(073) 553 60 05**

Maandag t/m vrijdag 8.30 – 17.00 uur

## Over dit spreekuur

Alle belangrijke informatie op een rij

### Onze werkwijze

Wat kunt u verwachten?

### Onze werkwijze

Bij onze werkwijze volgen wij de volgende drie stappen:

#### 1. We zoeken met u naar de mogelijke oorzaken van de pijn.

De verpleegkundig specialist van het Borstcentrum probeert samen met u in kaart te brengen, waar de klachten door beïnvloed zouden kunnen worden. Zij bespreekt bijvoorbeeld met u of u bepaalde medicijnen gebruikt, of bijvoorbeeld anticonceptie of hormonen. Ook uw voedingspatroon en levensstijl komen aan de orde.

#### 2. We kijken samen met u wat helpt om te pijn te verminderen.

Met pijnmedicatie kan geprobeerd worden uw pijnklachten te verminderen. Maar ook het veranderen van anticonceptie, voedingsadviezen, BH-advies of het toepassen van kompressen kan soms helpen. Vrouwen die liever geen medicijnen willen gebruiken,

wordt vaak geadviseerd biologische teunisbloemolie capsules in te nemen. In uitzonderlijke gevallen wordt een operatieve ingreep overwogen. De psycholoog zal dan gevraagd worden om mee te denken bij deze beslissing.

### 3. We bieden u ondersteuning bij het leren omgaan met de pijn.

Eventueel kan er ook een psycholoog bij uw behandeling betrokken worden. Dit kan zinvol zijn als u zich bijvoorbeeld erg gespannen of somber voelt. Of als u veel activiteiten niet meer doet door uw pijnklachten. Aanhoudende pijnklachten kunnen leiden tot een verstoring van uw stemming of veranderingen in uw gedrag. Een gedragsgerichte benadering kan helpen de balans te hervinden en beter om te leren gaan met pijn. U kunt samen met de psycholoog bespreken of een psychologische behandeling u zou kunnen helpen.

## Betrokken afdelingen

Borstcentrum (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/borstcentrum>)

## Meer informatie

Pijnlijke borsten

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/pijnlijke-borsten-mastopathie-en-mastodynie-mastalgie>)

Pijnlijke borsten wordt mastopathie genoemd.

Code AFD-037