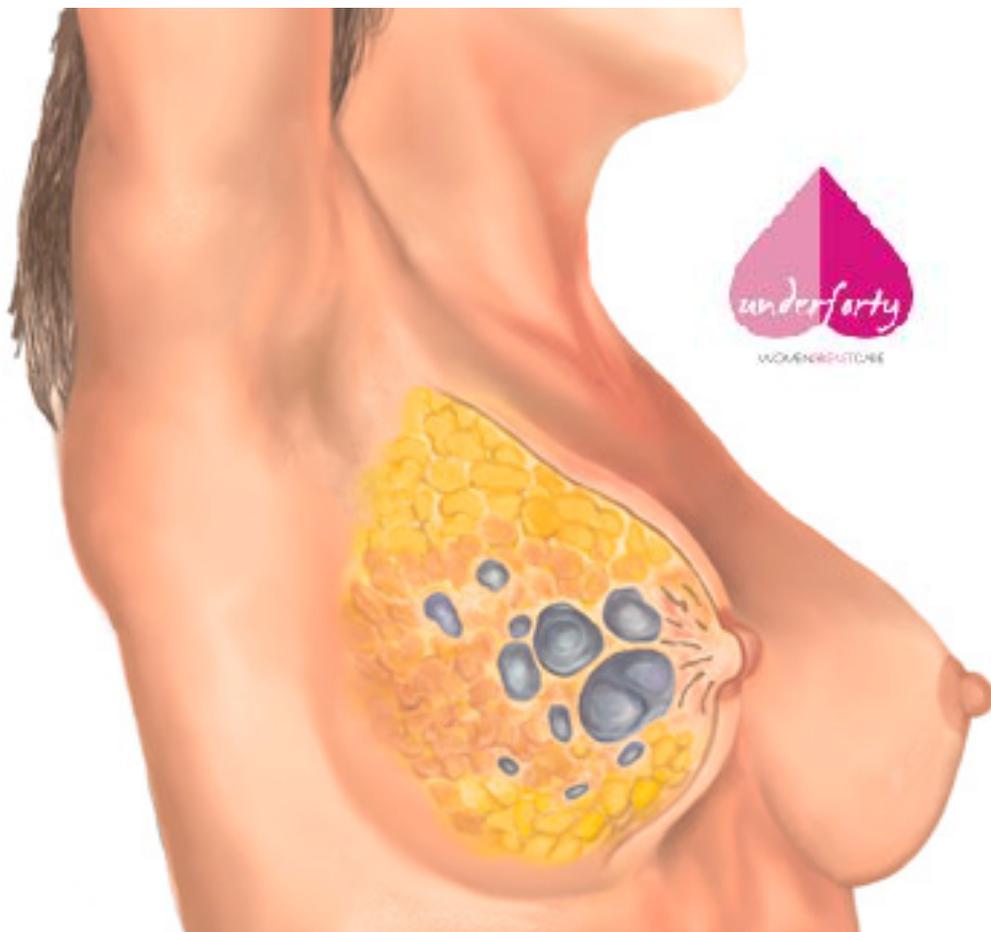


# Disturbi Comuni “La Mastopatia Fibrocistica”



## La Malattia Fibrocistica

### Definizione

La **mastopatia fibrocistica** del seno è caratterizzata dalla presenza, all'interno del seno, di lesioni cistiche e di nodularità fibrose.

### Facciamo chiarezza su termini

Il termine mastopatia fibrocistica viene comunemente utilizzato nella pratica clinica. Altri termini di uso comune sono: malattia fibrocistica e displasia fibrocistica.

### Descrizione

La mastopatia fibrocistica è una alterazione strutturale del seno caratterizzata dalla presenza di cisti e noduli fibrosi all'interno della ghiandola mammaria in numero estremamente variabile. La base organica risiede, probabilmente, in una alterazione nella risposta del seno agli stimoli ormonali. Tuttavia, molteplici fattori esterni incidono sul grado di compromissione della ghiandola stessa. Non si tratta di una vera e propria condizione patologia ma, piuttosto, di una degenerazione strutturale del parenchima mammario.



### ALCUNI CONSIGLI UTILI PER PREVENIRE...



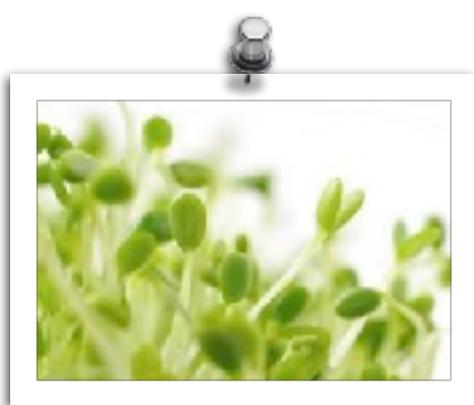
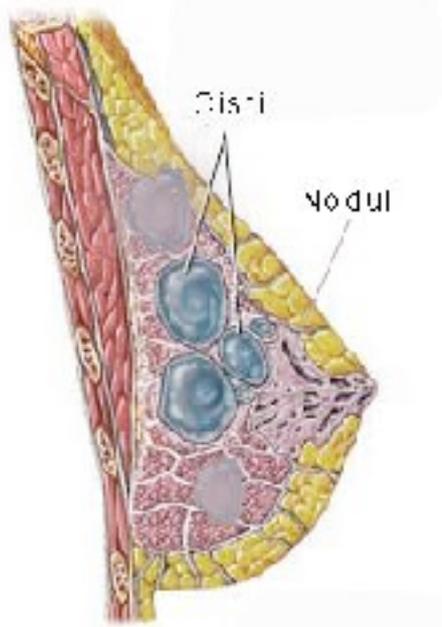
Esistono prove che riduzione dell'apporto dietetico di grassi, caffeina e cioccolato riduca i disturbi legati alla mastopatia fibrocistica. Integratori come la vitamina E, tiamina, e olio di enotera sono occasionalmente comportano un beneficio. Tuttavia, prima di assumere qualsiasi farmaco o integratore, parlatene con il vostro medico di fiducia.

## Possibili Cause

Le alterazioni tipiche della malattia fibrocistica risiedono nel modo in cui il tessuto mammario risponde ai livelli di estrogeni e progesterone presenti nel sangue.

L'ipotesi è che le modificazioni ghiandolari che si verificano durante le differenti fasi del ciclo mestruale, nel caso della malattia fibrocistica, porterebbero a una persistente dilatazione dei dotti mammari con ritenzione di liquido, gonfiore, edema e talvolta dolore nella mammella.

### MASTOPATIA FIBROCIstica



## Sintomi e Segni Clinici

I sintomi sono di solito caratterizzati dal dolore e dal turgore del seno. I disturbi sono più frequenti ed intensi immediatamente prima del ciclo mestruale e migliorano dopo le mestruazioni. Il dolore al seno può essere anche persistente. Non è raro riscontrare un aumento di dimensione delle zone nodulari della mammella accompagnato a turgore e ipersensibilità al tatto.

Per alcune donne il dolore è così lancinante da precludere l'attività sportiva e perfino la possibilità di dormire supine. Questa condizione tende a stabilizzarsi e a regredire dopo la menopausa.

## Contattare il SENOLOGO

Non c'è urgenza, tuttavia, specie quando i disturbi si fanno più intensi è consigliabile rivolgersi al proprio medico di fiducia per decidere se impostare un trattamento sintomatico.

- Se la diagnosi è stata solo ipotizzata.
- In caso di comparsa di secrezione
- In caso di mastite e/o ascesso mammario
- Se compare una massa palpabile e/o una lesione nodulare che prima non era presente.

## POSSIBILI COMPLICANZE

La complicanza più frequente è la duttogalattorite con l'ascesso mammario e/o la mastite

## ESAMI STRUMENTALI

Sia l'esame clinico che l'ecografia mammaria sono in grado di confermare la diagnosi di **malattia fibrocistica**.

In caso di cisti piccole e diffuse si parla di **mastopatia microcistica**,

se le cisti sono grandi e diffuse di **mastopatia macrocistica**.

Se una o più cisti crescono eccessivamente e si associano a dolore e turgore eccessivo può essere indicata una **cistocentesi**, ossia alla aspirazione, mediante ago, del contenuto della cisti.

## ANDAMENTO

Non vi è alcun aumento del rischio di cancro. In genere la gravidanza e l'allattamento comportano una parziale risoluzione del quadro clinico, tuttavia i sintomi migliorano dopo la menopausa.

## Cosa attendersi dalla visita?

Il senologo in genere conferma la diagnosi mediante la visita e l'ecografia mammaria. Raramente occorre ricorrere ad una procedura interventistica. Nel corso della visita potreste sentirvi chiedere:

- Da quanto tempo avverte le cisti al seno?
- Avverte dolore? tensione? formicolio alle mani?
- I disturbi sono costanti o peggiorano con il ciclo?
- In famiglia altre donne hanno lo stesso disturbo?
- Assume preparati estroprogestinici?
- Ha effettuato una stimolazione ovarica?
- Consuma molto caffè? Assume molta cioccolata?
- E' a conoscenza di avere cisti all'ovaio?
- Assume farmaci? Quali?
- E' di recente comparsa una secrezione?
- E' di recente comparso un nuovo nodulo al seno?
- Quali altri sintomi sono presenti?

---

## La Terapia

Non esiste una terapia specifica, tuttavia è possibile migliorare il dolore con i seguenti accorgimenti:

- 💡 Assumere farmaci antinfiammatori nelle fasi più dolenti
- 💡 Praticare impacchi di acqua fredda
- 💡 Indossare un reggiseno della giusta misura senza ferretto
- 💡 Provare con l'ausilio di integratori a base di fitoestrogeni
- 💡 Regularizzare il ciclo mestruale

Nessun trattamento, tuttavia, risolve completamente i disturbi.