

Terugkoppeling 'Hoe ervaar jij mammografie'

Wat was de vraag

Vorige week vroegen we je naar je ervaringen met de mammografie. Helaas is er eerst een niet helemaal correcte versie van de vraag verzonden. Onze excuses hiervoor. Gelukkig had het geen gevolgen voor de vraag zelf, die door bijna 900 mensen beantwoord is.

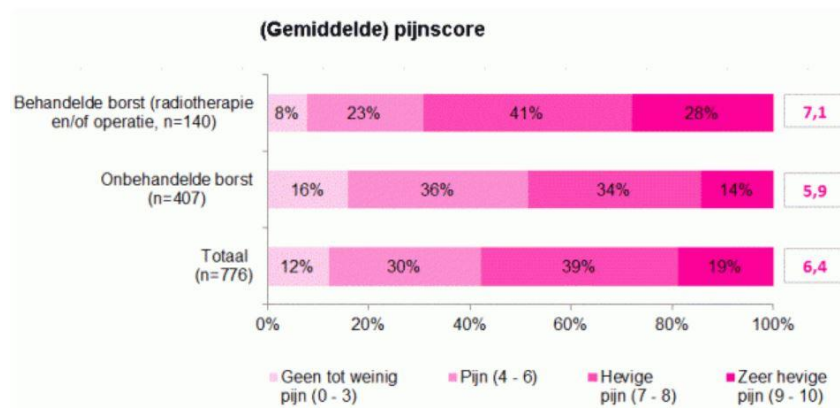
Resultaten

Jullie pijnbeleving bij een mammografie loopt uiteen: gemiddeld ervaart 12% niet of nauwelijks pijn, terwijl 19% juist zeer hevige pijn ervaart. De gemiddelde pijnscore is een 6,4. Dat staat voor behoorlijke pijn. Maar een mammografie van een bestraalde of geopereerde borst wordt als pijnlijker ervaren. Ruim een kwart van deze groep ervaart zeer hevige pijn bij de mammografie. In onderstaande afbeelding zie je hoe de pijnscore is verdeeld en wat het gemiddelde cijfer is per groep.

Door de pijn ervaart bijna vier op de tien emotionele klachten (zoals angst en spanning) voorafgaand aan het onderzoek. 11% overweegt door de pijn zelfs een mammografie over te slaan. Deze percentages liggen nog hoger bij mensen die een pijnscore van 9 of 10 gaven. Van hen overweegt 26% het onderzoek over te slaan en heeft twee derde last van emotionele klachten.

Omdat velen het onderzoek wel van belang vinden, accepteren de meeste van jullie de pijn die bij het onderzoek gepaard kan gaan.

Ook uit jullie toelichtingen blijkt dat jullie ervaringen uiteenlopen. De reacties variëren van 'even doorbijten, het is te doen' tot 'mensonterend, middeleeuws en een marteling'. Een tip die een aantal mensen gaven: slik vooraf aspirine/paracetamol.



Een samenvatting van jullie reacties hebben we voor je verzameld:

- De pijnervaring hangt af van degene die de mammografie afneemt. Jullie zijn doorgaans positiever over een mammografie in het ziekenhuis, dan een tijdens het bevolkingsonderzoek.
- Bij de één is de pijn meteen weg, de ander houdt dagen last.
- Emotionele klachten hebben niet alleen met pijn maar ook met angst voor de uitslag te maken.
- Factoren die ook meespelen in de pijnbeleving zijn: behandelde of onbehandelde borst, cupmaat en menstruele cyclus.
- Jullie vragen je af waarom er nog steeds geen pijnloze mammografie bestaat in deze tijd van technologische ontwikkelingen
- Sommige van jullie maken zich zorgen over de röntgenstraling en/of vragen zich af in hoeverre de mammografie betrouwbaar is.



Actie door BVN

Borstkankervereniging Nederland (BVN) wil iedereen die overweegt niet te gaan voor een mammografie vanwege de last die ze ervaren (lichamelijke of emotioneel) een advies geven: bespreek met je (huis)arts of er alternatieven mogelijk zijn en of deze worden vergoed.

Verder wil BVN ziekenhuizen er op wijzen dat goede begeleiding tijdens het onderzoek de pijn kan verlichten (door vriendelijkheid en begrip, maar ook bijvoorbeeld ademhalingstips).

“Het wordt tijd voor een vrouwvriendelijker onderzoek dat even nauwkeurig en betrouwbaar is. Zowel de enorme druk die op het borstweefsel wordt uitgeoefend als de jaarlijks terugkerende röntgenstraling kunnen nooit echt goed zijn. Het moet naar mijn mening mogelijk gemaakt worden om voor een alternatief te kiezen bij ernstige pijnklachten bij littekenweefsel of na bestraling. Zowel chirurg als radioloog in het ziekenhuis gaven aan dat deze beslissing bij de zorgverzekeraar ligt, aangezien zij verantwoordelijk zouden zijn voor het bepalen van richtlijnen hieromtrent.”

Daarom wil BVN ook met zorgverzekeraars praten over de uitkomsten van deze B-force vraag om er achter te komen of vergoeding van alternatief onderzoek een optie is. Dit is zeker belangrijk voor vrouwen en mannen die behandeld zijn aan hun borst en voor mensen die extreme pijn ervaren.