

## Antioxidantien bei PCOS – Insulinresistenz gedämpft, Lipidmetabolismus unverändert

**Datum:** 19.12.2022

**Original Titel:**

Antioxidant supplements relieve insulin resistance but do not improve lipid metabolism in women with polycystic ovary syndrome: a meta-analysis of randomized clinical trials

**Kurz & fundiert**

- Antioxidantien für Zucker- und Fettstoffwechsel bei PCOS-Patientinnen relevant?
- Zusammenfassung der aktuellen Literatur bis Januar 2022
- 18 Studien mit insgesamt 1 113 Patientinnen
- Nahrungsergänzung mit Antioxidantien verbesserte Insulinresistenz, Insulinwert und Blutzucker
- Kein Einfluss auf Lipidmetabolismus

**MedWiss – Antioxidantien gelten in unterschiedlichen Bereichen als vielversprechende Nahrungsergänzungsmittel. In dieser Übersichtsarbeit wurde analysiert, wie sie sich auf den Zucker- und Fettstoffwechsel bei PCOS-Patientinnen auswirken.**

---

Frauen mit dem PCO-Syndrom leiden häufig an einem gestörten Zucker- und Fettstoffwechsel, der durch Störungen des Hormonhaushalts verursacht wird und beispielsweise für Insulinresistenz und Übergewicht sorgen kann. Wie sich Antioxidantien als Nahrungsergänzung auf diese Problematik auswirken, wurde in dieser Übersichtsarbeit genauer betrachtet.

### **Antioxidantien bei PCOS: Metaanalyse über Studien bis 2022**

Die Wissenschaftler ermittelten Studien zur Nahrungsergänzung mit Antioxidantien bei PCOS mit Veröffentlichung bis Januar 2022 Studien aus verschiedenen medizin-wissenschaftlichen Datenbanken. 18 Studien mit insgesamt 1 113 Patientinnen wurden in dieser Übersichtsarbeit mit Metaanalyse einbezogen.

### **Verbesserung der Insulin-Werte, aber nicht des Fettstoffwechsels**

Eine Nahrungsergänzung mit Antioxidantien reduzierte bei Frauen mit dem PCO-Syndrom die Insulinresistenz (95 % Konfidenzintervall, KI: -0,62 – 0,30;  $p < 0,00001$ ) den Insulinwert (95 % KI: -0,80 – 0,44;  $p < 0,00001$ ) und den Blutzuckerwert (95 % KI: -0,54 – 0,21;  $p < 0,00001$ ) signifikant. Die Triglycerid-Werte konnten zudem verbessert werden. Der Lipidmetabolismus hingegen wurde nicht verändert.

Die Autoren folgern, dass die zusätzliche Einnahme von Antioxidantien gegen erhöhte Werte rund um die Insulinresistenz helfen könnte, bei der Verstoffwechslung von Fetten allerdings nicht.

**Referenzen:**

Wang R, Miao C, Chen Y, Zhao Y, Yang L, Cheng W, Zhang Q. Antioxidant supplements relieve insulin resistance but do not improve lipid metabolism in women with polycystic ovary syndrome: a meta-analysis of randomized clinical trials. *Gynecol Endocrinol.* 2022 Nov 28:1-13. doi: 10.1080/09513590.2022.2148648. Epub ahead of print. PMID: 36437750.