

## Beeinflusst die Darmflora das PCO-Syndrom?

**Datum:** 18.04.2022

**Original Titel:**

The effect of probiotics, prebiotics, and synbiotics on hormonal and inflammatory indices in women with polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis

**MedWiss - Die Studie zeigt, dass Probiotika oder auch Synbiotika positiv auf den Hormonhaushalt oder Entzündungen wirken können. Welche Rolle die Darmflora beim PCO-Syndrom tatsächlich spielt, muss in weiteren Studien untersucht werden.**

---

In den letzten Jahren wurde immer wieder die Rolle der Darmflora bei der Entstehung von Krankheiten diskutiert. Probiotika und Präbiotika werden eingesetzt, um die Darmflora zu unterstützen. Eine Studie aus dem Iran untersuchte den Einsatz der Präparate beim PCO-Syndrom.

### **Synbiotika sind eine Kombination aus Prä- und Probiotika**

Der Darm des Menschen wird von zahlreichen Bakterien und anderen Mikroorganismen besiedelt. Diese Darmflora unterstützt die Verdauung, die Versorgung mit Vitaminen und wirkt vermutlich auch auf andere Prozesse im Körper. Prä- und Probiotika sollen eine gesunde Darmflora fördern. Probiotische Präparate enthalten Mikroorganismen, Präbiotika setzen sich aus Nährstoffen zusammen, die den Bakterien als Nährquelle dienen sollen. Kombinationen aus beiden Präparaten werden Synbiotika genannt.

Die Studie wertete die Ergebnisse von 13 Studien mit insgesamt 855 PCOS-Patientinnen aus. 438 Patientinnen erhielten prä- oder probiotische Präparate, 417 dienten als Kontrolle. Das PCO-Syndrom geht mit Stoffwechsel- und Hormonstörungen sowie entzündlichen Reaktionen einher. Die Frauen leiden meist an mehr männlichen Hormonen (Testosteron). Die Wissenschaftler werteten die Auswirkungen der Präparate auf verschiedene Hormon- und Entzündungswerte aus.

### **Probiotika und Synbiotika hatten einen positiven Einfluss auf den Hormonhaushalt**

Durch Probiotika und Synbiotika erhöhte sich die Konzentration der Sexualhormon-bindenden Globuline (SHBG) im Vergleich zu Frauen, die ein Placebo erhielten. Diese binden Testosteron und inaktivieren es so. So konnte der freie Androgenindex verringert werden. Dieser beschreibt das Verhältnis von Testosteron zu SHBG. Bei der Messung des Testosteronlevels und des Levels von DHEA-S, eines Vorläufers der Sexualhormone, konnte kein Unterschied zwischen den Gruppen gesehen werden.

Bei Frauen, die Probiotika oder Synbiotika einnahmen, verbesserten sich auch einige Werte, die Aussagen zu oxidativem Stress und Entzündungen ermöglichen. Der Hirsutismus, also die männliche Behaarung, blieb unbeeinflusst.

Die Studie zeigt, dass Probiotika oder auch Synbiotika positiv auf den Hormonhaushalt oder Entzündungen wirken können. Welche Rolle die Darmflora beim PCO-Syndrom tatsächlich spielt,

muss in weiteren Studien untersucht werden.

**Referenzen:**

Shamasbi SG, Ghanbari-Homayi S, Mirghafourvand M. The effect of probiotics, prebiotics, and synbiotics on hormonal and inflammatory indices in women with polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis. *Eur J Nutr.* June 2019. doi:10.1007/s00394-019-02033-1