

Curcumin gegen PCO-Syndrom

Datum: 22.09.2021

Original Titel:

Effects of curcumin supplementation on blood glucose, insulin resistance and androgens in patients with polycystic ovary syndrome: A randomized double-blind placebo-controlled clinical trial.

Kurz & fundiert

- Curcumin aus der Kurkuma-Pflanze
- Curcumin könnte positiv auf den Blutzucker und den Hormonspiegel wirken.

MedWiss - Curcumin könnte eine sichere und wirksame Ergänzung für Patientinnen mit PCO-Syndrom sein, um ihre Hyperandrogenämie und Hyperglykämie zu verbessern. Es werden jedoch noch mehr Studien mit unterschiedlichen Dosierungen und längerer Dauer benötigt.

Curcumin aus der Kurkuma-Pflanze gilt als sehr gesundheitsfördernd. Wissenschaftler aus dem Iran und Deutschland untersuchten jetzt den Effekt von Curcumin bei Frauen mit PCO-Syndrom.

Die randomisierte, doppelblinde und Placebo-kontrollierte Studie untersuchte die Wirkung von Curcumin auf den Blutzucker, die Insulinresistenz und das Androgen-Level. Die Studie umschloss 67 Frauen mit PCO-Syndrom. Sie erhielten 12 Wochen lang Curcumin (500 mg dreimal täglich) oder ein Placebo. Die Wissenschaftler bestimmten Nüchternblutzucker, Nüchterninsulin, Geschlechtshormone und Hirsutismus (Ferriman-Gallwey-Score) sowie anthropometrische Werte.

Curcumin könnte Blutwerte verbessern

Zu Beginn waren die Werte in den beiden Gruppen vergleichbar. Bei Frauen, die Curcumin erhielten, nahm die Konzentration an Nüchternblutzucker und Dehydroepiandrosteron signifikant ab im Vergleich zu den Frauen mit Placebo. Die Unterschiede der Änderungen betrugen - 4,11 mg/dl (95 % KI: -8,35 bis -0,35 mg/dl) und -26,53 µg/dl (95 % KI: -47,99 bis -4,34 µg/dl). Es traten keine schweren Nebenwirkungen auf.

Curcumin könnte eine sichere und wirksame Ergänzung für Patientinnen mit PCO-Syndrom sein, um ihre Hyperandrogenämie und Hyperglykämie zu verbessern. Es werden jedoch noch mehr Studien mit unterschiedlichen Dosierungen und längerer Dauer benötigt.

Referenzen:

Heshmati J, Moini A, Sepidarkish M, et al. Effects of curcumin supplementation on blood glucose, insulin resistance and androgens in patients with polycystic ovary syndrome: A randomized double-blind placebo-controlled clinical trial. *Phytomedicine*. 2021;80:153395. doi:10.1016/j.phymed.2020.153395