

Resveratrol aus Traubenkernen: Hilfreich bei PCOS?

Datum: 29.04.2024

Original Titel:

Effects of resveratrol on polycystic ovarian syndrome: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials

Kurz & fundiert

- Resveratrol aus Traubenkernen: Potenzial bei PCOS?
- Metaanalyse über 3 randomisiert-kontrollierte Studien mit 171 Patientinnen
- Positive Effekte auf Prolaktin, Akne und Cholesterol
- Insgesamt nur geringe therapeutische Relevanz

MedWiss - Eine Metaanalyse über 3 Studien mit zusammen 171 Patientinnen demonstrierte nur geringe therapeutische Relevanz von Resveratrol bei PCOS. Eine Nahrungsergänzung mit Traubenkernextrakt kann demnach etablierte Behandlungen nicht ersetzen.

Das polyzystische Ovarialsyndrom (PCOS) belastet betroffene Frauen mit einer übermäßigen Produktion von Androgenen, beispielsweise Testosteron, und damit einhergehenden Symptomen wie Haarwuchs an bei Frauen untypischen Stellen (Hirsutismus), Hautproblemen und Störungen des menstruellen Zyklus. Namensgebend sind Zystenbildungen in den Eierstöcken (polyzystische Ovarien), die einem Kinderwunsch im Weg stehen können. In Tierstudien zeigte sich, dass das pflanzliche Resveratrol, das beispielsweise aus Trauben gewonnen werden kann, einen Beitrag zur Regulierung von Hormonen und reproduktiven Funktionen bei PCOS leisten könnte.

Resveratrol aus Traubenkernen: Potenzial bei PCOS?

Wissenschaftler führten nun einen systematischen Review mit Metaanalyse durch, um den Effekt von Resveratrol auf Laborwerte und Symptome bei Frauen mit PCOS zu untersuchen. Die Autoren ermittelten relevante Studien aus den medizin-wissenschaftlichen Datenbanken PubMed, Cochrane Library und Scopus mit Veröffentlichungsdaten bis Februar 2023. Die Metaanalyse berücksichtigte randomisiert-kontrollierte Studien und verglich Behandlungsgruppen anhand von Mittelwertsdifferenzen (MD).

Metaanalyse über 3 randomisiert-kontrollierte Studien mit 171 Patientinnen

Insgesamt konnten 3 randomisiert-kontrollierte Studien mit zusammen 84 Patientinnen in Resveratrol-Gruppen sowie 85 Patientinnen in Placebogruppen betrachtet werden. Resveratrol verbesserte signifikant Prolaktin-Spiegel ($p = 0,02$), Akne ($p = 0,008$) und den Gesamtcholesterol-Spiegel ($p = 0,02$). Es konnten jedoch keine signifikanten Effekte von Resveratrol auf das Gesamttestosteron, das Follikel-stimulierende Hormon (FSH), das luteinisierende Hormon (LH), Körpergewicht bzw. BMI (body mass index), Hirsutismus sowie Blutfettwerte (Triglyzeride, high-density und low-density Lipoprotein) festgestellt werden.

Positive Effekte auf Prolaktin, Akne und Cholesterol, nur geringe therapeutische Relevanz

Die Analyse demonstrierte demnach nur geringe therapeutische Relevanz von Resveratrol bei PCOS. Traubenkernextrakt kann demnach etablierte Behandlungen nicht ersetzen. Weitere randomisiert-kontrollierte Studien mit mehr Teilnehmerinnen sollen jedoch ermitteln, welchen langfristigen Beitrag eine Nahrungsergänzung mit Resveratrol leisten kann und wie sicher dies wäre.

Referenzen:

Larik MO, Ahmed A, Khan L, Iftakhar MA. Effects of resveratrol on polycystic ovarian syndrome: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Endocrine*. 2024 Jan;83(1):51-59. doi: 10.1007/s12020-023-03479-4. Epub 2023 Aug 11. PMID: 37568063.