

Wie wirksam ist die Alternativmedizin bei Polyzystischem Ovarialsyndrom?

Datum: 11.04.2018

Original Titel:

Nutritional supplements and herbal medicines for women with polycystic ovary syndrome; a systematic review and meta-analysis

Das Polyzystische Ovarialsyndrom ist eine Stoffwechselstörung, die nicht nur die Fruchtbarkeit vermindert, sondern auch zu Störungen des Zucker- und Fettstoffwechsels führen kann. Die Behandlungsmöglichkeiten durch klassische Medikamente sind eingeschränkt. Viele Frauen greifen daher auch auf die Alternativmedizin zurück. Einige Nahrungsergänzungsmittel, Vitamine und Heilpflanzen sollen Beschwerden lindern, den Hormonhaushalt und den Zyklus ausgleichen und die Fruchtbarkeit erhöhen. Wissenschaftler aus Australien haben jetzt die Wirksamkeit mehrerer alternativer Wirkstoffe untersucht.

Die Wissenschaftler werteten die Daten von 24 Studien mit insgesamt 1406 PCOS-Patientinnen aus. Die Studien untersuchten 7 Nahrungsergänzungsmittel und 4 Heilpflanzen. Die Auswertungen ergaben, dass Calcium zusammen mit Vitamin D im Vergleich zu Metformin nicht den Zyklus verbessern kann. Der Wirkstoff Metformin wird in der Schulmedizin eingesetzt um Zyklus, übermäßigen Haarwuchs und Zuckerstoffwechsel bei PCOS-Patientinnen zu regulieren. Darüber hinaus hatten die Teepflanze und Zimt keine Auswirkungen auf Menstruationsstörungen im Vergleich zu einem Placebomedikament. Mit Inositol konnte hingegen eine Verbesserung der Reproduktion und ein Ausgleich der Stoffwechsel- und Geschlechtshormone festgestellt werden. Omega-3-Fettsäuren aus Fischöl konnten die Blutfettwerte verbessern. Außerdem untersuchten die Wissenschaftler Nebenwirkungen beziehungsweise unerwünschte Ereignisse. Eine Einnahme von Inositol, B-Vitamin-Komplexen, Vitamin D und Chrom führte nicht zu unerwünschten Ereignissen, nur bei Zimt konnten geringe Nebenwirkungen festgestellt werden.

Die Forscher konnten in ihrer Übersichtsstudie keine hochqualitativen Beweise für die Effizienz von Nahrungsergänzungsmitteln und Heilpflanzen beim Polyzystischem Ovarialsyndrom finden. Sie betonen, dass weitere Studien notwendig seien, um die alternativmedizinischen Optionen besser zu untersuchen.

Referenzen:

Arentz S, Smith CA, Abbott J, Bensoussan A. Nutritional supplements and herbal medicines for women with polycystic ovary syndrome; a systematic review and meta-analysis. *BMC Complement Altern Med.* 2017;17(1):500. doi:10.1186/s12906-017-2011-x.