



Wenn es mit dem Kinderwunsch nicht klappen will und es noch andere gesundheitliche Probleme wie Akne oder Haarausfall gibt, kann das ein Zeichen für PCOS sein. • Archivfoto: Pixabay

Hormone im Ungleichgewicht

Rund eine Million Frauen leiden in Deutschland an PCOS – Zwei Betroffene gründen Hanauer Selbsthilfegruppe

Von Gabriele Reinartz

HANAU ■ Wenn die Regelblutung ausbleibt – bei jungen Frauen mit Kinderwunsch löst dies in der Regel große Freude aus. Denn es lässt hoffen, dass sie (endlich) schwanger sind. Doch der Schein kann auch trügen. Eine aussetzende Regel, vor allem wenn sie lange ausbleibt, kann auch ein Zeichen von PCOS sein. Die Abkürzung steht für Polyzystisches Ovar-Syndrom, einer Erkrankung des Hormonsystems in Kombination mit Akne, Haarausfall, Übergewicht, einem männlichen Behaarungstyp und/oder einer Erhöhung der männlichen Geschlechtshormone im Blut.

PCOS kann zu unerfülltem Kinderwunsch führen, weil der Eisprung ausbleibt. Es ist die häufigste hormonelle Erkrankung im gebärfähigen Alter. In Deutschland sind zirka eine Million Frauen davon betroffen.

So auch Silke und Tanja (Namen von der Redaktion geändert). „Bei mir trat die Krankheit 2011 auf“, erzählt Tanja. „Meine Regel war schon länger ausgeblieben. Ich ging daraufhin zu meiner Frauenärztin und hatte ziemlich Glück, dass sie sehr früh einen Verdacht hatte. Daher schickte sie mich zu einer endokrinologischen Untersuchung (Hormonstatus-

feststellung, Anmerk. Red.), bei der ich einige Tests machen musste. Heraus kam, dass ich an PCOS leide.“ Weil Tanja aber keine weiteren Beschwerden hatte, wurden zunächst keine Maßnahmen ergriffen.

Silke erhielt die Diagnose vor anderthalb Jahren, nachdem sie die Antibabypille abgesetzt hatte und sich auch nach Wochen und Monaten keine Regelblutung einstellte. Während ihr Frauenarzt ihr erneut die Pille verschreiben wollte, „damit sich alles wieder einpendelt“, überwies ihr Hausarzt, den sie umgehend aufsuchte, direkt zu einem Endokrinologen. „Die Krankheit ist noch nicht sehr erforscht“, weiß Silke. „Einige Ärzte ziehen eine Hormonstörung erst dann in Betracht, wenn eine Frau schwanger werden möchte und es einfach nicht wird.“

Der seelische Druck der Frauen mit PCO-Syndrom ist groß. Gebärfähige Frauen leiden vor allem unter der Tatsache, nicht schwanger werden zu können. Andere unter ihnen, immerhin mehr als 70 Prozent der PCOS-Patientinnen in Deutschland, kämpfen mit schwerem Übergewicht, das bis zur Adipositas gehen kann. Ein Großteil hat

zudem eine Insulinresistenz. Das heißt, die Körperzellen nehmen zu wenig Zucker aus dem Blut auf, sodass die Bauchspeicheldrüse den Botenstoff Insulin, der für die Aufnahme zuständig ist, vermehrt ausschüttet. Die Folge ist ein erhöhter Insulinspiegel. Dies in Kombination mit dem Übergewicht erhöhen bei den betroffenen Frauen das Risiko an „Alterszucker“ Diabetes mellitus zu erkranken.

Bei Tanja äußert sich das PCO-Syndrom mit Gewichtszunahme, wenn bei ihr von Adipositas auch nicht die Rede sein kann. „Ich habe zwei Jahre lang Metformin eingenommen. Mein Zyklus hat sich dadurch eingependelt und ich habe von den zehn Kilo Übergewicht immerhin zwei wieder herunterbekom-

men“, sagt sie. Es sind nicht nur die Pfunde, die sie im wahrsten Sinne des Wortes belasten, auch die möglichen Spätfolgen des Übergewichts führen zu einem seelischen Druck. Tanja möchte partout deswegen abnehmen, doch es funktioniert nicht, weil ihr Stoffwechsel nicht mitspielt.

Silke hingegen entschied sich gegen eine Behandlung mit Metformin, zumal sie auch an einer Schilddrüsenunterfunktion leidet. Dafür nahm sie in Heidelberg an einer Studie teil. „Ich weiß bis heute nicht, welches Medikament ich bekommen habe“, sagt sie, „aber es hat meinen Zyklus wieder reguliert. Heute nehme ich ein Nahrungsergänzungsmittel ein, das ähnlich wie Metformin funktioniert.“

Die Medikation ist bei jeder PCOS-Patientin eine andere. Denn sie hängt letztlich da-

von ab, worunter die Frau am meisten leidet: Kinderlosigkeit, starke Behaarung oder doch das Übergewicht? PCOS ist aus heutiger Sicht nicht heilbar, und die Krankheit erst wenig erforscht. Aus diesem Grund haben Silke und Tanja in Hanau eine Selbsthilfegruppe gegründet, an der mittlerweile sechs Frauen aus dem Rhein-Main-Gebiet teilnehmen.

„Tanja und ich haben uns im vergangenen Jahr über die Gruppe 'Selbsthilfe Deutschland' kennen gelernt. Wir hoffen, dass sich mit der Zeit eine feste Gruppe etabliert, sodass wir uns regelmäßig austauschen und helfen können. Aber die Krankheit soll nicht unser einziges Thema sein“, sagt Silke. Das nächste Treffen der Gruppe findet am 12. Oktober um 20

Uhr im Sekos in der Breslauer Straße 27 statt. Ab November gibt es einen festen Turnus, nämlich immer am ersten Montag im Monat um 19 Uhr im Sekos.

Zurzeit arbeiten die zwei Frauen an einem Flyer, den sie an Ärzte versenden möchten. „Bevorzugt an Gynäkologen und Endokrinologen, um auf die Krankheit aufmerksam zu machen“, berichtet Tanja. In Frankfurt beispielsweise gebe es ihres Wissens nur zwei Endokrinologen, die sich besonders gut mit der

Krankheit auskennen würden, dazu komme noch eine Praxis in Bad Homburg. „Es wäre schön, wenn sich mehr Ärzte mit dem Thema eingehend befassen würden“, wünscht sie sich.

Die Wartezeiten für einen Termin bei einem der wenigen Kapazitäten auf diesem Gebiet sind nämlich lang. Tanjas Wunsch ist daher verständlich. Und bei einer Million betroffener Frauen in Deutschland kann man wohl auch nicht von einer seltenen Krankheit sprechen. „Ich kenne eine Frau, die in Karlsruhe wohnt und für eine Behandlung immer nach Essen fährt“, ergänzt sie noch. Wer für einen Arzttermin eine Tagesreise auf sich nimmt, muss sehr leiden.

Eine noch nicht erforschte Krankheit

Lange Wartezeiten beim Spezialisten

Diagnose und Behandlungsmöglichkeiten

- Die Krankheit wurde erstmals 1721 vom Italiener A. Vallisneri beschrieben, die Ursachen sind bis heute nicht bekannt.
- PCOS wird den betroffenen Frauen in die Wiege gelegt, Symptome treten aber erst mit der Pubertät auf.
- So äußert sich PCOS: lang bis komplett ausbleibende Regel-

- blutung, vermehrte Körperbehaarung, starkes Übergewicht bis hin zu Adipositas, Insulinresistenz
- PCOS kann zu Folgeerkrankungen führen, darunter Diabetes mellitus und Herzinfarkt
- Die Diagnose erfolgt durch eine Blutuntersuchung.
- Die Krankheit ist nach heutigem Stand nicht heilbar, es stehen aber

- verschiedene Therapiemöglichkeiten zur Verfügung. Die Patientinnen sollten den Beschwerden entsprechend individuell mit dem behandelnden Arzt absprechen, wie vorgegangen werden soll.
- Gezielte Ernährungsumstellung ist wichtig im Hinblick auf die Insulinüberproduktion. ■ gr