



KINDERWUNSCH UND POLYZYSTITISCHES OVAR-SYNDROM (PCOS)

Hautprobleme,
Zyklus- und
Fruchtbarkeitsstörungen





DAS PCO-SYNDROM

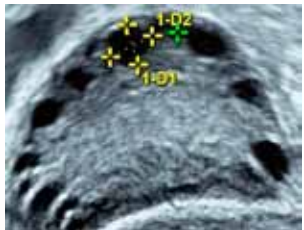
Das **PCO**-Syndrom (Polycystisches Ovarialsyndrom, **PCOS**) ist eine verbreitete Hormonstörung von Frauen im gebärfähigen Alter. Zahlreiche Beschwerden sind mit ihm verbunden. Häufig führt das PCOS zu Unfruchtbarkeit.

BIN ICH BETROFFEN?

5-10 Prozent der jungen Frauen bis vierzig leiden unter dem Polyzystischen Ovar-Syndrom (PCOS). Wenn mindestens zwei der folgenden drei Kriterien erfüllt sind, besteht ein PCOS:

1. Ultraschall-Kriterium:

mindestens 12 kleine Eibläschen (Follikel) in mindestens einem Eierstock



2. Haut- und Hormonprobleme:

Akne oder „borstige“ Härchen v.a. an Kinn, Brust, Nabel) oder erhöhte männliche Hormone

3. Zyklusstörung:

der Eisprung bleibt aus und/oder der Zyklus dauert länger als 35 Tage



Ein PCOS ist ein häufiger Grund für Zyklusstörungen. Und bei ungewollter Kinderlosigkeit wird bei 15 Prozent der betroffenen Frauen ein PCOS diagnostiziert. Auch wenn die Ursache des PCOS nicht vollständig geklärt ist, so gibt es mehrere Mitursachen wie die Prägung der Gene bereits im Mutterleib („fetale Programmierung“). Diese Prägung spielt auch bei einem mütterlichen Gestationsdiabetes (auch Schwangerschaftszucker genannt) und der Dickleibigkeit von Mutter und Vater eine wesentliche Rolle für angeborene Stoffwechselstörungen der Kinder mit Fettleibigkeit.

DIAGNOSTIK BEI KINDERWUNSCH

Erster Schritt: Auch hier werden zunächst die drei PCOS-Kriterien überprüft: Dabei stehen die beiden Kriterien „Hautprobleme“ und die Diagnose eines polycystischen Ovars im Ultraschallbild im Vordergrund. Ein regelmäßiger Zyklus hingegen schließt ein PCOS nicht aus.

Zweiter Schritt: Stoffwechseldiagnostik mit einem oralen Glukosetoleranztest (oGTT) einschließlich Testung auf Insulinresistenz: Dieser standardisierte Test muss vormittags nüchtern durchgeführt werden. Es werden jeweils nüchtern und ein und zwei Stunden nach dem Trinken von 75g Glukoselösung Blutproben in getrennt-

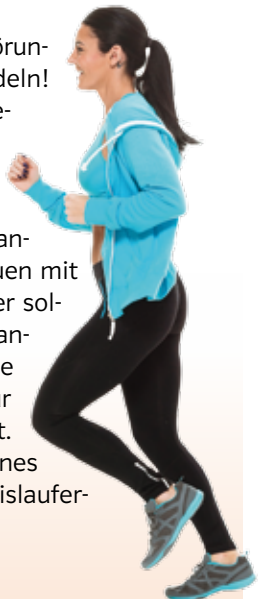


ten Röhrcchen für Glukose (Spezialröhrcchen) und Insulin abgenommen. Nur wenige Kinderwunschkliniken lassen diesen einfachen Test bei Verdacht auf PCOS durchführen. Dabei haben zwei von drei PCOS-Patientinnen auffällige Glukosewerte und mehr als 4 von 5 der Patientinnen eine Insulinresistenz.

BEHANDELN UND VORBEUGEN

Das PCO-Syndrom ist also im Wesentlichen als Stoffwechselstörung zu sehen.

Das erfreuliche: Stoffwechselstörungen lassen sich sehr gut behandeln! Gesunde Ernährung und Bewegung und ein normales Körpergewicht sind wichtig. Mit diesem einfachen Rezept kann man bei einem PCOS eine Schwangerschaft vorbereiten. Viele Frauen mit Kinderwunsch werden nach einer solchen Umstellung spontan schwanger. Ihre gesunde Lebensweise erhöht die Wahrscheinlichkeit für eine gesunde Schwangerschaft. Und sie senken damit ihr eigenes Risiko für Diabetes und Herz-Kreislaufkrankungen.



SPEZIELLE THERAPIE BEI KINDERWUNSCH

Die Chancen spontan schwanger zu werden, sind für Kinderwunschpatientinnen mit einem PCOS sehr hoch, wenn sie richtig behandelt werden. Hierfür ist ein gut funktionierendes Netzwerk von Beratungsfachkräften, engagierten Diabetologen und Frauenärzten notwendig. - Nach der standardisierten Stoffwechsell Diagnostik geht es los mit einer professionellen Ernährungsberatung. Sind die Glukosewerte für eine Schwangerschaft zu hoch, sollte frühzeitig auch ein Diabetologe hinzugezogen werden, der mit dem Problem vertraut ist.

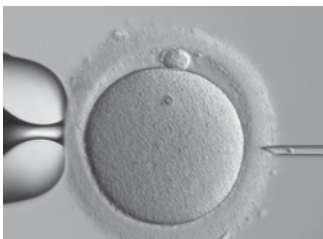
Bleibt dann die Regelblutung aus und ist der Schwangerschaftstest positiv, muss die Schwangere unverzüglich auf einen Gestationsdiabetes getestet werden. Denn Frauen mit PCOS sind hier besonders gefährdet. Ohne Therapie besteht ein hohes Risiko für eine Fehlgeburt oder auch für gefährliche Komplikationen wie eine Frühgeburt.



KÜNSTLICHE BEFRUCHTUNG BEI SCHWEREN FRUCHTBARKEITSSTÖRUNGEN

Wenn trotz Lebensstiländerung eine Schwangerschaft ausbleibt, sollte eine Kinderwunschklinik aufgesucht werden. Denn Stoffwechselstörungen wie auffällige Glukosewerte und eine Insulinresistenz können die Eizellen bereits im Eierstock schädigen.

Eine solche Eizellschädigung kann aber erst bei der Befruchtung im Reagenzglas, der „In-Vitro-Fertilisation“ (IVF) unter dem Mikroskop sichtbar gemacht werden.



Da meist mehrere Eizellen bei einer Follikelpunktion gewonnen werden, findet sich in der Regel mindestens eine entwicklungsfähige Eizelle, die reif ist, sich befruchteten lässt und die dann mit hohen Erfolgsaussichten auf eine Schwangerschaft übertragen werden kann (Embryotransfer).

KONTAKT



NETZWERK KINDERWUNSCH REGENSBURG

info@netzwerk-kinderwunsch-regensburg.de
www.netzwerk-kinderwunsch-regensburg.de