

Meine Aufklärung – meine Entscheidung

Die Informationen für Patient:innen zum PCOS oder PCO-Syndrom habe ich erhalten, gelesen und verstanden. Ein Exemplar wurde mir ausgehändigt.

Im Aufklärungsgespräch mit meiner Ärztin / meinem Arzt wurde besprochen:

- wie Metformin eingenommen wird
- welche Nebenwirkungen Metformin haben kann
- was die Einnahme von Metformin bei einer bestehenden Schwangerschaft bedeutet
- in welchen Fällen (Leber-, Nierenfunktionsstörungen, Nulldiät, Alkoholismus) unter der Einnahme von Metformin erhöhte Gesundheitsrisiken bestehen
- dass Metformin für die Behandlung nicht zugelassen, nur als sogenannte „Off-Label-Therapie“ möglich ist und die Kosten von meiner Krankenkasse nicht übernommen werden. Meine Verordnungen von Metformin erhalte ich deshalb als Privatrezept.

Ich fühle mich umfassend aufgeklärt, konnte sämtliche Fragen klären und habe die Erläuterungen meines Arztes / meiner Ärztin verstanden.

Ich entscheide mich für eine Therapie mit Metformin und willige in die Behandlung mit diesem Präparat ein.

Eine Kopie dieser Aufklärungs- und Einwilligungserklärung habe ich erhalten.

Ort, Datum Unterschrift Patient:in

Ort, Datum Unterschrift Ärztin / Arzt

Hat Metformin Nebenwirkungen?

In der Regel wird Metformin von Patient:innen gut vertragen. Dafür entscheidend ist allerdings die gleichzeitige Beachtung von einigen Regeln bei der Ernährung. Folgende Nebenwirkungen können unter der Einnahme von Metformin unter Umständen auftreten:

- Übelkeit, Blähungen, Durchfall oder Erbrechen
- ein metallischer Geschmack im Mund
- eine verringerte Aufnahme des Vitamins B12, weshalb der B12-Spiegel gelegentlich kontrolliert werden sollte.

Wie wird Metformin eingenommen?

Um Nebenwirkungen zu vermeiden oder reduzieren, wird Metformin mit oder nach einer Mahlzeit eingenommen. Zu Beginn der Therapie sollte eine niedrige Dosis gewählt werden, zum Beispiel 1 Tablette zum Abendessen. Wird Metformin gut vertragen, kann die Dosierung langsam erhöht werden, zum Beispiel ab der 2. Woche der Therapie mit je einer Tablette morgens und abends. Der betreuend Arzt bzw. die Ärztin wird eine maximale Dosis berechnen, die vor allem vom Körpergewicht abhängt und in den meisten Fällen zwischen 1.500 mg und 2.000 mg (Milligramm) des Wirkstoffs liegt.

Kann jede Patient:in Metformin einnehmen?

Metformin darf nicht eingenommen werden, wenn Leber oder Nieren geschädigt oder in ihrer Funktion gestört sind. Deshalb wird vor der Einnahme der ersten Tablette und im Therapieverlauf die Nieren- und Leberfunktion durch eine Laboranalyse (Kreatinwert und Leberenzyme) zu überprüfen sein.



Außerdem gibt es Wechselwirkungen von Metformin mit anderen Wirkstoffen, die beachtet werden müssen. Metformin darf außerdem nicht verwendet werden, wenn die Patient:in unter einer Alkoholkrankheit leidet.

Wenn eine Patient:in schwanger ist, soll Metformin nicht (mehr) eingenommen werden. Auch, wenn es bislang keine Hinweise auf eine Schädigung des Ungeborenen bei Einnahme gibt,

Bei PCOS ist das Anstreben eines Normalgewichtes dringend empfohlen. Allerdings darf unter Einnahme von Metformin keine Fastenkur (sogenannte „Nulldiät“) gemacht werden. Im Fall einer solchen Diät besteht die Gefahr einer Stoffwechsellage. Um das Zielgewicht zu erreichen, ist eine gesunde, ausgewogene Ernährung zu empfehlen. Die Ernährungsgewohnheiten sollten überprüft werden, zucker- und andere kohlehydratreiche Lebensmittel eher vermieden werden. Für das Ziel einer Gewichtsreduktion gibt es viele Möglichkeiten und Hilfestellungen. Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt beraten. Es gibt wirksame Methoden, Ihr Ziel zu erreichen und es lohnt sich für Ihre Gesundheit.

Eine vollständige Auflistung von Gegenanzeigen und weiteren wichtigen Hinweisen findet sich im Beipackzettel des Medikamentes. Wie bei allen Verordnungen: Bei Fragen zögern Sie bitte nicht, Ihren Arzt / Ihre Ärztin oder in Ihrer Apotheke um Rat zu fragen.

Überreicht durch:

Praxisstempel

PATIENT:INNEN-INFO

 **IMD**
Labor Potsdam

PCOS ODER PCO-SYNDROM

Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten



öffentlich | IMD_PD_03/24_Flyer_PCOSyndrom-v1

Kontakt

 IMD Potsdam MVZ
Friedrich-Ebert-Str. 33
14469 Potsdam

 +49 331 28095-0
 +49 331 28095-99

 info@imd-potsdam.de
 www.imd-potsdam.de

 **DAkkS**
Deutsche
Akkreditierungsstelle
D-ML-13142-02-00

Was ist das „PCOS“?

„PCOS“ ist eine gebräuchliche Abkürzung für das „Polyzystische Ovar-Syndrom“. Die Erkrankung gehört zu den häufigsten hormonellen Störungen bei Frauen. Die Ursachen sind bislang noch nicht hinreichend erforscht, es gibt dazu zum Beispiel Hinweise auf genetisch bedingte Prozesse.

Wie erkennt man das PCO-Syndrom?

Es treten vor allem vier Symptome hervor:

- unregelmäßige Zyklen, die meist verlängert sind (mehr als 35 Tage andauernd), oder das gänzliche Ausbleiben der Regelblutung
- erhöhte Werte der männlichen Hormone in einer Blutprobe
- ein typisches Erscheinungsbild einer Androgenisierung, wie Haarausfall, vermehrte Körperbehaarung oder Akne
- in einer Ultraschalluntersuchung der Eierstöcke werden sogenannte „polyzystische Ovarien“ nachgewiesen.

Der Begriff „polyzystisches ...“ leitet sich aus einer zwischenzeitlich als falsch erkannten Annahme ab: Es finden sich in den Eierstöcken von Frauen mit dieser Erkrankung auffällige Bläs-

chen. Man nahm an, es handele es sich um viele (aus dem Griechischen: „poly“) Zysten, in der Medizin eine Bezeichnung für durch eine Störung gebildete und gefüllte Hohlräume im Gewebe. Es sind aber beim PCOS Bläschen mit unreifen Eizellen. Eine übermäßige Ausschüttung des Hormons Insulin kann mit einem erhöhten Hormonspiegel aufseiten der männlichen Hormone einhergehen und das Beschwerdebild (Zyklusstörungen, Androgenisierung) auslösen. Deshalb ist für die Diagnose und Therapie beim PCOS die „Insulinresistenz“ von Bedeutung.

Was ist „Insulinresistenz“?

Insulin ist ein Hormon, das den Blutzucker reguliert. Wenn die Körperzellen nicht mehr richtig auf das Insulin reagieren, steigt der Insulinspiegel an. Wird ständig ein „Zu-Viel“ (griechisch: „hyper“) an Insulin produziert, nennt man dies „Hyperinsulinämie“ oder „Hyperinsulinismus“. Dies kann die Bauchspeicheldrüse erschöpfen und letztendlich zu Diabetes-Typ-2 führen. Diabetes-Typ-2 ist eine der Formen der sogenannten „Zuckerkrankheit“. Besonders ungünstig daran ist, dass Übergewicht und Insulinresistenz sich gegenseitig verstärken, ein sogenannter „Teufelskreis“ kann entstehen und zu ernststen gesundheitlichen Folgen führen. In diesem Zusammenhang sind auch Bluthochdruck und Störungen des Fettstoffwechsels beteiligt. Der ganze Wirkzusammenhang wird auch als „Metabolisches Syndrom“ bezeichnet.

Wie erkennt man die Insulinresistenz?

Eine Insulinresistenz kann wie andere Formen einer Zuckerkrankung auch durch einen Zuckerbelastungstest (oralen Glukosetoleranz-Test oder oGTT) in der Praxis festgestellt werden. „Oral“, also durch „den Mund“ bedeutet, dass die Patientin eine stark zuckerhaltige Lösung trinkt. In bestimmten Zeitabständen wird dann eine sehr kleine Blutprobe entnommen und untersucht.



Wie wird das PCO-Syndrom behandelt?

Das PCOS selbst ist nicht heilbar, es können aber die Symptome und Beschwerden in der Regel sehr gut gelindert werden. Je nach Beschwerdebild ergeben sich zum Beispiel folgende Möglichkeiten:

- Bei bestehendem aber unerfülltem Kinderwunsch...

... sind die Medikamente Metformin, Letrozol oder Clomifen mögliche Präparate. Diese helfen, den Zyklus zu regulieren. Zum Präparat Metformin sind im folgenden Abschnitt besondere Hinweise zu beachten!

- Bei verstärkter Behaarung im Gesicht oder am Körper oder Haarausfall auf dem Kopf...

... können antiandrogen wirksame Medikamente (wie die „Pille“ oder andere Präparate einer Hormonersatztherapie) verordnet werden oder Minoxidil-Haarwasser oder Eflornitin-haltige Creme verwendet werden.

- Bei metabolischen Störungen und zur Gewichtsreduktion...

... helfen Veränderungen des Lebensstils, wie mehr Bewegung und eine Ernährungsumstellung. Auch der Beginn einer Metformin-Therapie kann in Betracht gezogen werden.

Die Therapie-Empfehlung wird Ihr Arzt / Ihre Ärztin ganz an Ihrem individuellen Beschwerdebild ausrichten. Bitte lassen sich beraten und treffen Sie dann die für Sie beste Therapie-Entscheidung.

Was gibt es bei einer Therapie mit Metformin zu beachten?

Metformin wird mit sehr gutem Erfolg seit vielen Jahren zur Behandlung von Diabetes-Typ-2 eingesetzt. Es ist für die Behandlung dieser Form der sogenannten „Zuckerkrankheit“ zugelassen, nicht aber bei Insulinresistenz oder PCOS.

Die Wirksamkeit und Verträglichkeit ist durch klinische Studien gut untersucht und vielfach bestätigt worden. Einshlägige Fachgesellschaften haben sich für den Einsatz von Metformin auch bei Insulinresistenz und PCOS ausgesprochen. Der Hersteller des Präparates hat allerdings nicht die für eine Zulassung in den weiteren Behandlungsbereichen notwendigen Schritte unternommen, so dass die Gabe von Metformin zum Zeitpunkt der Drucklegung dieser Informationen nur im Rahmen einer sogenannten „Off-Label-Therapie“ möglich ist. „Off-Label“ bedeutet unter anderem: Die Kosten der Therapie werden von Krankenkassen nicht übernommen.

Wie wirkt Metformin?

Für einen Therapieerfolg mit Metformin müssen Patient:innen gleichzeitig ihren Lebensstil überprüfen und anpassen. Dann sorgt Metformin dafür, dass weniger Insulin ausgeschüttet wird. Als Folge davon wird auch der Gehalt männlicher Hormone (Androgene) im Blut reduziert. Somit kann sich der Zyklus normalisieren und die für eine spontane Schwangerschaft notwendigen, aber bislang ausgebliebenen Eisprünge (Ovulationen) hervorrufen. Insbesondere für die Behandlung eines unerfüllten Kinderwunsches ist Metformin deshalb zum Mittel der Wahl bei PCOS geworden.

