

Innere Uhr: Frauen mit PCO-Syndrom mit Abendtyp stärker betroffen

Datum: 08.03.2023

Original Titel:

Evening chronotype is associated with hormonal and metabolic disorders in Polycystic Ovary Syndrome

Kurz & fundiert

- Hängt der Chronotyp, also die innere Uhr, mit dem PCO-Syndrom zusammen?
- Beobachtung von 112 Frauen mit PCOS und 112 vergleichbaren, gesunden Frauen
- Abend-Chronotyp häufiger bei Frauen mit PCOS
- Zusammenhang mit CRP-, [Testosteron](#)-Wert und Hirsutismus
- Hoher [Testosteron](#)-Wert, BMI und [Insulin-Resistenz](#) mit Abendtyp in Verbindung

DGP - Das PCO-Syndrom ist eine häufige hormonelle Störung bei Frauen im gebärfähigen Alter, die auch ihren Stoffwechsel stören kann. Welchen Einfluss der Chronotyp, also die innere Uhr, auf bestimmte Symptome des PCO-Syndroms haben kann, wurde in dieser Studie untersucht.

Jeder Mensch hat eine mehr oder weniger stark ausgeprägte innere Uhr, die bestimmt, wann die Leistungsfähigkeit über den Tag hinweg am größten ist. Schlafmediziner unterscheiden drei Typen von Menschen:

- Morgentyp
- Abendtyp
- Misch-Chronotypen

In dieser Studie wurde untersucht, ob und wie der Chronotyp Einfluss auf bestimmte Parameter des PCO-Syndroms haben kann.

Untersuchung von 112 Frauen mit PCOS

Dazu wurden 224 Frauen beobachtet, 112 PCOS-Patientinnen und 112 vergleichbare gesunde Frauen, die der Kontrolle dienten. Ihre Körpermaße, Blutwerte, Stoffwechselfparameter, der Hormonhaushalt und der Chronotyp wurden analysiert.

Abendtyp häufiger bei PCOS-Patientinnen

Es zeigte sich, dass Frauen mit PCOS Chronotyp-Werte hatten, die dem Abend-Chronotyp entsprachen, der durch späteres Aufstehen und eine höhere Produktivität am Abend gekennzeichnet ist. Je stärker ausgeprägt der Abend-Chronotyp war, desto höher waren bei den Patientinnen CRP- und Testosteron-Werte. Auch lagen mehr Hirsutismus-Symptome vor. Es zeigte sich zudem, dass hohe Testosteron-Werte, Körper-zu-Masse-Verhältnis (BMI) und [Insulinresistenz](#) die Faktoren waren, die am stärksten mit dem Abend-Chronotyp zusammenhingen.

Zusammenfassend kamen die Autoren zu dem Schluss, dass der Abendtyp häufiger bei Frauen mit PCOS vorliegt und häufig mit stärker ausgeprägten PCOS-Symptomen und Stoffwechselproblemen einhergeht.

Referenzen:

Barrea L, Verde L, Vetrani C, Docimo A, Alteriis G, Savastano S, Colao A, Muscogiuri G. Evening chronotype is associated with hormonal and metabolic disorders in Polycystic Ovary Syndrome. J Pineal Res. 2022 Nov 24. doi: 10.1111/jpi.12844. Epub ahead of print. PMID: 36424371.



MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“