

Vitamin D und Calcium unterstützen die Behandlung mit Metformin

Datum: 23.09.2021

Original Titel:

Effect of Calcium and Vitamin D Supplements as an Adjuvant Therapy to Metformin on Menstrual Cycle Abnormalities, Hormonal Profile, and IGF-1 System in Polycystic Ovary Syndrome Patients: A Randomized, Placebo-Controlled Clinical Trial

DGP - Vitamin D und Calcium könnten die Behandlung mit Metformin unterstützen und den Zyklus verbessern. Effekte auf den Hormonhaushalt wurden allerdings nicht gesehen. Die Studie ist jedoch auch klein und erfordert mehr Probandinnen. Vitamin D und Calcium können allerdings auch überdosiert werden.

Der Wirkstoff Metformin ist eine häufige Therapie bei PCO-Syndrom – vor allem bei [Insulinresistenz](#) oder Diabetes. Wissenschaftler aus Syrien untersuchten jetzt, ob Calcium und Vitamin D als [Nahrungsergänzungsmittel](#) die Therapie mit Metformin unterstützen können.

Frauen mit PCO-Syndrom leiden häufiger an erhöhten Blutzuckerwerten

Metformin soll die Konzentration von Zucker im Blut verringern. Bei einer [Insulinresistenz](#) oder Diabetes ist der Blutzuckerspiegel erhöht, da die Regulation des Zuckerstoffwechsels über das [Hormon Insulin](#) nicht richtig funktioniert. Frauen mit PCO-Syndrom leiden häufiger an Insulinresistenz oder Diabetes, da der Hormonhaushalt unausgeglichen ist. Studien haben bereits gezeigt, dass Vitamin D und Calcium ebenfalls einen positiven Effekt auf den Zuckerstoffwechsel haben könnten (lesen Sie [hier](#) auf dem Deutschen GesundheitsPortal). Die Wissenschaftler bewerteten daher den Effekt beider Stoffe zusätzlich zu Metformin.

Die Frauen erhielten Calcium und Vitamin D

Sie untersuchten 40 Patientinnen mit PCO-Syndrom und einer Vitamin-D-Unterversorgung (unter 30 ng/ml im Blut). Alle erhielten Metformin (150 mg am Tag). Ein Teil der Frauen erhielt zusätzlich 1000 mg Calcium und 6000 IU Vitamin D am Tag, der andere Teil erhielt ein [Placebo](#). Vor der Behandlung und nach 8 Wochen wurden verschiedene Blutwerte bestimmt und der Zyklus ausgewertet.

Bei den Patientinnen, die zusätzlich Vitamin D und Calcium erhielten, erhöhten sich auch die Blutwerte für Calcium und Vitamin D. Bei 59 % von ihnen verbesserte sich der Zyklus und wurde regelmäßiger. Dies war nur bei 39 % der Patientinnen der Fall, die nur Metformin erhielten. Die Wissenschaftler bestimmten auch die [Hormone LH](#) und [FSH](#), die die Fruchtbarkeit regulieren und die Konzentration von IGF-1 und dem IGF-bindenden [Protein](#). IGF-1 sind insulinähnliche [Wachstumsfaktoren](#). Sie hängen eng mit Insulinresistenz und Übergewicht zusammen. Bei den gemessenen Werten gab es jedoch keine Unterschiede zwischen den beiden Testgruppen.

Calcium und Vitamin D zusammen mit Metformin könnten den Zyklus verbessern

Vitamin D und Calcium könnten die Behandlung mit Metformin unterstützen und den Zyklus verbessern. Effekte auf den Hormonhaushalt wurden allerdings nicht gesehen. Die Studie ist jedoch auch klein und erfordert mehr Probandinnen. Vitamin D und Calcium können allerdings auch überdosiert werden. Vor allem die in der Studie eingesetzte Vitamin-D-Menge liegt weit über der durch die *Deutsche Gesellschaft für Ernährung* empfohlenen Menge von 800 IE am Tag. Höhere Mengen sollten nur kurzfristig bei einem nachgewiesenen Mangel eingesetzt werden.

Referenzen:

Kadoura S, Alhalabi M, Nattouf AH. Effect of Calcium and Vitamin D Supplements as an Adjuvant Therapy to Metformin on Menstrual Cycle Abnormalities, Hormonal Profile, and IGF-1 System in Polycystic Ovary Syndrome Patients: A Randomized, Placebo-Controlled Clinical Trial. *Adv Pharmacol Sci*. 2019;2019:1-10. doi:10.1155/2019/9680390



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“