

## Lebensqualität und sexuelle Zufriedenheit bei Patientinnen mit Polyzystischem Ovarsyndrom

Das Polyzystische Ovarsyndrom (PCOS) betrifft ca. 5% aller Frauen im gebärfähigen Alter und damit allein in Deutschland rund eine Million Frauen. Das PCOS ist durch eine Störung des Zyklus (Oligomenorrhoe oder Amenorrhoe) und die Erhöhung männlicher Hormone (Hyperandrogenämie) gekennzeichnet. Das äußere Erscheinungsbild kann durch Übergewicht, Akne, Hirsutismus (vermehrte Körperbehaarung) oder Alopezie (Haarausfall) verändert sein. Durch die Zyklusstörung besteht vielfach ein unerfüllter Kinderwunsch.

Die Forschungsaktivitäten zur Diagnostik und Behandlung des PCOS haben in den letzten Jahren einen erfreulichen Zuwachs erfahren. Verhältnismäßig wenig Wissen besteht hingegen darüber, welche Auswirkungen das PCOS auf die Lebensqualität, die Lebenszufriedenheit und Sexualität hat. Diskutiert werden Einschränkungen aufgrund von Veränderungen des äußeren Erscheinungsbildes, aber auch aufgrund von Belastungen durch einen unerfüllten Kinderwunsch oder das Risiko von Langzeitfolgen wie z.B. das Metabolische Syndrom (Abb. 1).

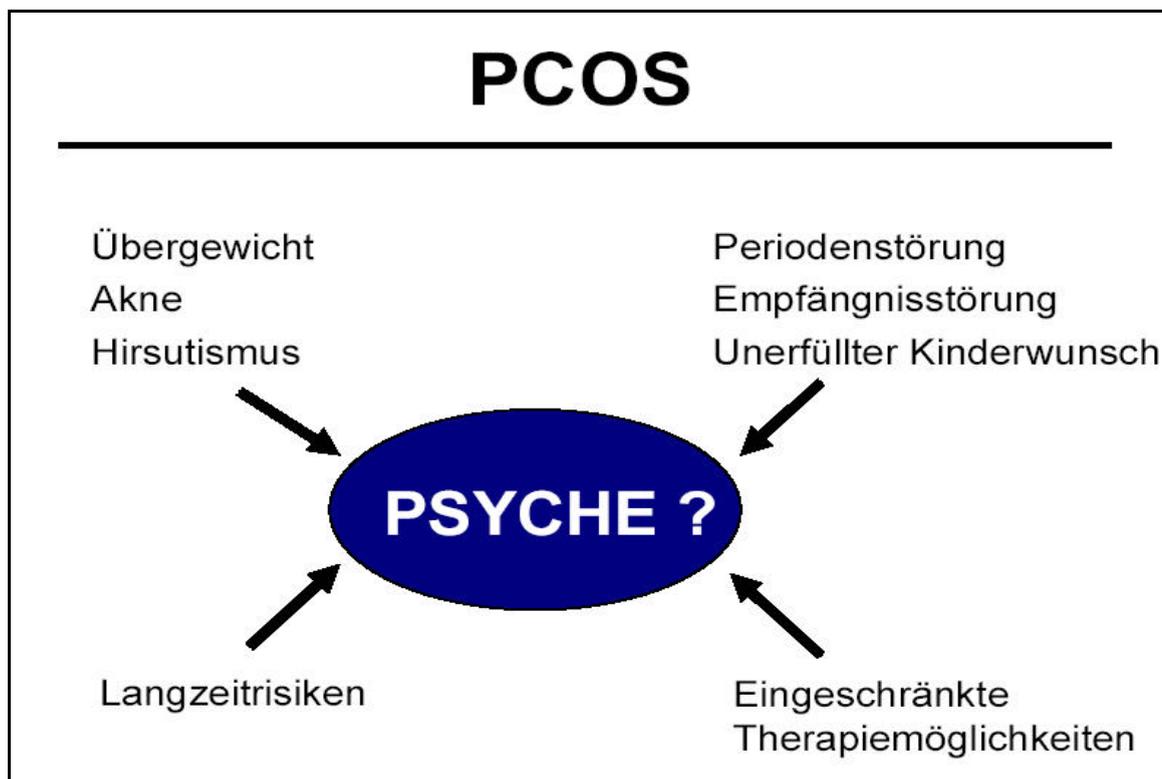


Abb. 1: Mögliche Einflussfaktoren auf die psychische Situation beim PCOS

Um die psychische Situation von PCOS-Patientinnen genauer zu untersuchen, haben wir 120 Patientinnen mit PCOS, bei denen noch nicht mit der Behandlung begonnen wurde, und 50 gesunde Frauen befragt. Dazu wurden normierte Fragebögen zur Lebensqualität und Lebenszufriedenheit sowie zur Befindlichkeit und zum Sexualleben eingesetzt. Die Ergebnisse der Patientinnen und der gesunden Frauen wurden zunächst miteinander verglichen und auf Unterschiede untersucht. In einem zweiten Schritt wurden die Befunde zur

psychischen Situation auf ihre Beziehungen mit den in Abb.1 dargestellten Einflussfaktoren untersucht.

Für alle dargestellten Ergebnisse gilt, dass sich die Angaben auf durchschnittliche Werte beziehen. Die Werte treffen Aussagen über die Gesamtheit der untersuchten Gruppen, nicht aber über einzelne Personen. So werden nicht unbedingt alle der folgenden Aussagen auf ihre Person zutreffen.

#### Wie bewerten Frauen mit PCOS ihre Lebenssituation im Vergleich zu gesunden Frauen?

Die untersuchten PCOS-Patientinnen und die gesunden Vergleichspersonen waren hinsichtlich ihres Alters und weiterer personenbezogener Merkmale wie Familienstand, Bildung oder Berufstätigkeit vergleichbar, so dass Unterschiede nicht auf diese Merkmale zurückzuführen sind, sondern mit einer sehr hohen Wahrscheinlichkeit mit dem PCOS zusammenhängen.

Klare Unterschiede zeigten sich erwartungsgemäß bei den Kennwerten, die charakteristisch für das PCOS sind. So fanden sich in der Gruppe der PCOS-Patientinnen häufiger Übergewicht (erhöhter BMI), eine vermehrte Körperbehaarung (Hirsutismus) und erhöhte männliche Hormonwerte (Testosteron). Frauen mit PCOS berichteten auch häufiger unter unerfülltem Kinderwunsch zu leiden und äußerten Angst, kinderlos zu bleiben.

**Lebensqualität:** PCOS-Patientinnen wiesen im Unterschied zur Vergleichsgruppe eine deutlich reduzierte Lebensqualität auf (Abb. 2). Im Einzelnen schilderten sie stärkere Einschränkungen im Bereich körperlicher, alltagsbezogener und sozialer Aktivitäten durch gesundheitliche Probleme.

**Lebenszufriedenheit:** Die Gruppe der PCOS-Patientinnen beschrieb sich als weniger zufrieden mit der Gesundheit, der Sexualität und mit der eigenen Person. In anderen Lebensbereichen hingegen, etwa der Zufriedenheit mit der Partnerschaft oder der Freizeit, bestanden keine Unterschiede zwischen PCOS-Patientinnen und gesunden Frauen.

**Psychische Belastung:** Bei Frauen mit PCOS war eine insgesamt höhere psychische Belastung als bei Frauen der Vergleichsgruppe festzustellen. Dabei standen Gefühle der Unsicherheit im Umgang mit anderen Menschen, Traurigkeit und Hoffnungslosigkeit bis hin zu Depressivität im Vordergrund.

**Sexualität:** Auch in Fragen zur Sexualität unterschieden sich die beiden Gruppen. Frauen mit PCOS schätzten sich im Durchschnitt als weniger sexuell attraktiv ein und waren weniger zufrieden mit ihrem Sexualleben. Sie sahen sich zudem durch die PCOS-Symptome in ihrer Möglichkeit eingeschränkt, sexuelle Kontakte zu knüpfen. Kein Unterschied fand sich hingegen bei der Einschätzung der Bedeutsamkeit eines befriedigenden Sexuallebens, beide Gruppen werteten es als gleich wichtig. Auch hinsichtlich der Häufigkeit sexueller Kontakte fanden sich keine Unterschiede zwischen Frauen mit und ohne PCOS.

Im Durchschnitt wiesen Frauen mit PCOS im Vergleich zu gesunden Frauen also erhebliche Einschränkungen von Lebensqualität, Lebenszufriedenheit und Sexualität sowie Anzeichen einer größeren psychischen Belastung auf.

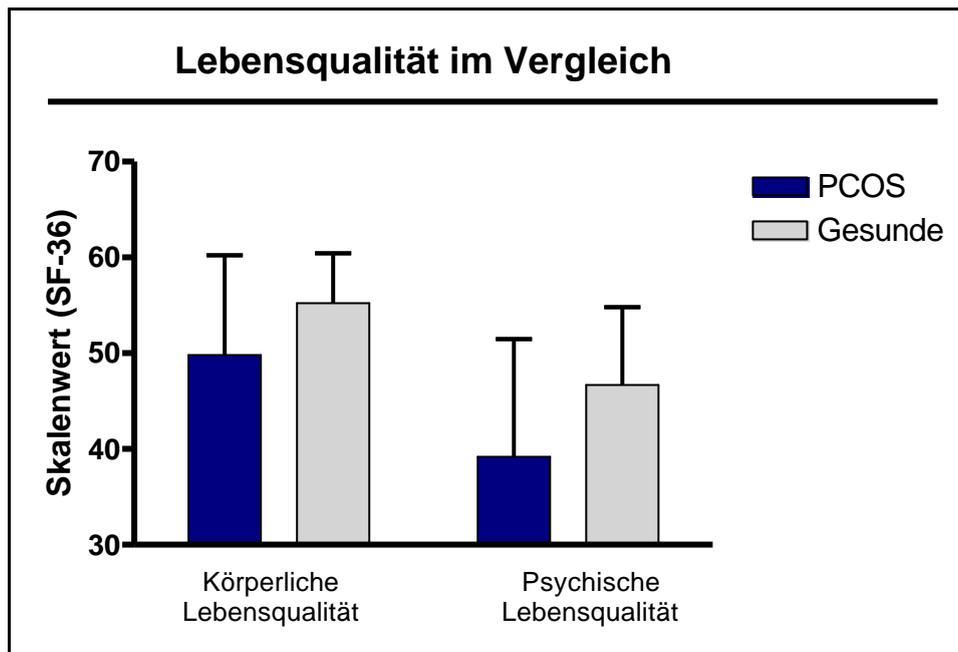


Abb. 2: Körperliche und psychische Lebensqualität von PCOS-Patientinnen und Gesunden im Vergleich (höhere Werte bedeuten höhere Lebensqualität).

### Wie hängen die Symptome des PCOS mit den Einschränkungen der Lebensqualität und Sexualität zusammen?

Angesichts der geschilderten Einschränkungen der Lebensqualität und Sexualität bei Frauen mit PCOS stellt sich die Frage, auf welche der unterschiedlichen Symptome des PCOS sich diese zurückführen lassen. Denkbar sind Zusammenhänge mit den typischen Veränderungen des äußeren Erscheinungsbildes wie Übergewicht, Akne oder Hirsutismus. Möglich sind auch Zusammenhänge mit der Zyklusstörung und dem damit verbundenen, vielfach bestehenden unerfüllten Kinderwunsch sowie mit weiteren Symptomen wie Änderungen von spezifischen Blutwerten.

In unseren Untersuchungen ergaben sich klare Zusammenhänge insbesondere mit Übergewicht und Hirsutismus. Das bedeutet, dass sich mit ausgeprägterem Übergewicht vermehrt Einschränkungen der körperlichen Leistungsfähigkeit und mehr Schmerzen einstellen; es wird subjektiv schwieriger, Kontakte zu schließen, die selbst eingeschätzte sexuelle Attraktivität nimmt ab. Vergleichbare Ergebnisse fanden sich auch für eine vermehrte Körperbehaarung.

Verschiedene andere Studien zum PCOS zeigen, dass Infertilität und ein unerfüllter Kinderwunsch eine erhebliche Belastung sein können. Für die Aspekte der Zyklusstörung und des unerfüllten Kinderwunsches bestand bei den von uns untersuchten Patientinnen erstaunlicherweise solch ein Zusammenhang nicht. Möglicherweise konnte die Belastung durch einen unerfüllten Kinderwunsch durch schützende Faktoren wie eine funktionierende Partnerschaft in der von uns untersuchten Gruppe der Patientinnen ausgeglichen werden.

Auch die für das PCOS typischen Veränderungen von Blutwerten (männliche Hormone, Insulinresistenz) hatten keinen bedeutsamen Einfluss auf Lebensqualität oder Sexualität.

### Was bedeuten die Ergebnisse der Studie?

Zunächst einmal belegen unsere Ergebnisse wie auch Studien anderer Forschungsgruppen die Bedeutsamkeit psychosozialer Aspekte beim PCOS. Die Auswirkungen des PCOS auf die

psychische Lebensqualität sind vergleichbar mit chronischen Magen-Darm- oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Diese Ergebnisse bestärken uns darin, weitere Untersuchungen zu dieser Thematik durchzuführen und in der Bevölkerung auf das PCOS und der damit verbundenen Einschränkung der Lebensqualität hinzuweisen.

Die Ergebnisse untermauern auch, dass in der Behandlung des PCOS nicht nur körperliche, sondern auch psychosoziale Aspekte der Erkrankung berücksichtigt werden sollten.

Die Untersuchung zeigte, dass die psychische Belastung von Frauen mit PCOS höher als die von gesunden Frauen ist. Die Ausprägung der Belastung kann individuell sehr unterschiedlich ausfallen. In manchen Fällen kann es sinnvoll sein, psychotherapeutische Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Bei der Suche nach einem geeigneten Therapeuten kann z.B. der Suchdienst des Berufsverbandes der deutschen Psychologinnen und Psychologen ([www.psychosuchdienst.de](http://www.psychosuchdienst.de), Tel. 0228/746699) hilfreich sein.

Für viele Frauen ist die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe eine hilfreiche Unterstützung, da in diesem Rahmen ein Austausch über die Erfahrungen und die Probleme mit dem PCOS möglich ist. Information über bestehende und im Aufbau befindliche Selbsthilfegruppen stehen unter [www.pcos-selbsthilfe.org](http://www.pcos-selbsthilfe.org) (Tel. 0201/7233503) zur Verfügung.

Derzeit untersuchen wir, wie sich die Behandlung des PCOS mit Metformin und die Zugehörigkeit zu einer Selbsthilfegruppe auf die Lebensqualität auswirken. Zur Entwicklung der Lebensqualität unter Metformintherapie liegen inzwischen erste Daten vor, die auf eine positive Wirkung auf die Lebensqualität hindeuten.

Autoren: Dipl. Psych. Sven Benson  
Priv.-Doz. Dr. phil. Sigrid Elsenbruch  
Institut für Medizinische Psychologie  
Universitätsklinikum Essen

Angela Hartmann  
Priv.-Doz. Dr. med. Onno E. Janßen  
Dr. med. Susanne Hahn  
Susanne Tan  
Klinik für Endokrinologie  
Universitätsklinikum Essen