

HVAD ER PCO?

Hver 7. kvinde i den fødedygtige alder har polycystisk ovariesyndrom.

PCO står for polycystisk ovariesyndrom og betyder, at man har:

- Mange æglærere i æggestokkene
- Forhøjet mængde mandligt kønshormon og/eller
- Sjældne eller manglende ægløsninger/menstruationsforstyrrelser

De første symptomer kan hos nogle ses allerede i 14-års alderen og kan vise sig som:

- Forstyrret menstruationscyklus: Lange intervaller mellem blødningerne – eller udebleven menstruation. Mere regelmæssige men kraftige menstruationer ses også.
- De manglende ægløsninger bevirker, at det kan være svært at blive gravid
- Tendens til vægtøgning - især som "æblefacon"
- Tendens til øget behåring
- Tendens til uren hud
- Forhøjet mandligt kønshormon (ses ved kontrol af blodprøver)

Herudover fortæller rigtig mange kvinder med PCO, at de har tendens til:

- Træthed
- Hovedpine
- Hedeture
- Sukker-"narkomani"
- Manglende mæthedsfornemmelse

- Søvnproblemer
- Humørsvingninger

Dette er alle subjektive symptomer - dvs. symptomer, som man selv kan mærke, men som lægen ikke kan måle.

HVAD ER ÅRSAGEN TIL PCO?

Man mener PCO er arveligt, men også udvikling af overvægt sammen med for lidt fysisk aktivitet er klart disponerende faktorer.

Insulinresistens er hovedproblemet for de fleste patienter med PCO og betyder, at man har nedsat følsomhed for insulin.

HVORDAN BEHANDLER MAN PCO?

Den mest effektive behandling af insulinresistens i forbindelse med PCO er kostomlægning, vægttab og motion. Har man svært ved at tabe sig, kan behandlingen evt. kombineres med Metformin. Ca. 20% af kvinder med PCO er normalvægtige. For disse kvinder er motion til styrkelse af insulinfølsomheden samt evt. Metformin den bedste behandling. Både overvægtige og normalvægtige PCO'ere kan altså have gavn af behandlingen.

Generelt er en proteinrig og kulhydratmodereret kost at anbefale til PCO-patienter. Øget hårvækst og uren hud kan ud over Metforminbehandling forsøges behandlet med P-piller, hormoner eller laser-epilering hos speciallæge.

Barnløshed kan afhjælpes ved korrekt kost og motion for at genetablere regelmæssig ægløsning eller ved hormonbehandling. Metformin anvendes i stigende grad også i forbindelse med barnløshedsbehandling.

HVORFOR EN PCO-FORENING?

Ofte oplever patienterne en følelse af magtesløshed ved konstatering af polycystisk ovariesyndrom, hvor det kan være vanskeligt at finde frem til den bedst egnede hjælp.

Ved den rette behandling og levevis er der rigtig mange gode muligheder for at patienten kan leve godt med sin PCO.

Der er igennem de senere år opnået større viden om PCO. Det er vigtigt, at denne viden formidles videre til alle, der er berørt af syndromet. Der er fortsat brug for mere forskning og viden om sygdommen samt mere støtte og information til kvinder med PCO.

PCO-FORENINGENS FORMÅL

Foreningens formål er at formidle viden om polycystisk ovariesyndrom, de helbredsmæssige konsekvenser af PCO og de aktuelle muligheder for behandling af PCO, ved hjælp af:

- Løbende udvikling af PCO-foreningens hjemmeside www.pcoinfo.dk med formidling af seneste forskningsresultater og behandlingsmuligheder, samt dialogforum og erfaringsudveksling

- Fremme dialogen mellem kvinder med PCO og sundhedsvæsenet samt udveksling af erfaring mellem patienter og læger/behandlere indenfor området
- Rådgivning via en bemandet "hotline" med PCO-erfarne kvinder
- Iværksætte relevant uddannelse af sundhedsfagligt personale og patienter med PCO
- Skabe grundlag for forskning indenfor PCO med henblik på øget forståelse for syndromet og heraf følgende forbedring af behandlingsmulighederne

SOM MEDLEM

- Kan du deltage i møder og foredrag
- Har du adgang til særlig medlemsinformation på PCO-foreningens hjemmeside
- Kan du benytte dig af de særlige medlemstilbud til fordelagtig pris
- Støtter du oplysningsarbejde, forskning og information om PCO

BLIV MEDLEM

Du kan melde dig ind i PCO-foreningen på mailadressen medlem@pcoinfo.dk

PCO-foreningen
Postboks 42, 1002 København K

Tlf. 26 90 08 07 hver torsdag kl. 18-20

Hjemmeside: www.pcoinfo.dk
Email: mail@pcoinfo.dk

PCO

PCO er den mest udbredte hormonforstyrrelse hos kvinder i den fødedygtige alder

- Ca. 20% af alle kvinder har polycystiske ovarier
- Ca. 15% af alle kvinder har PCO

PCO-foreningen · Postboks 42 · 1002 København K

Tlf. 26 90 08 07 hver torsdag kl. 18-20
Hjemmeside: www.pcoinfo.dk · Email: mail@pcoinfo.dk