

Polycysteus-ovariumsyndroom (PCOS)

Gynaecologie

U bent door uw arts doorverwezen omdat u mogelijk PCOS heeft of omdat dit bij u is vastgesteld. In deze folder leest u wat PCOS is, welke onderzoeken we doen en welke behandelingen mogelijk zijn.

Wat is PCOS?

PCOS staat voor polycysteus-ovariumsyndroom. Bij PCOS zitten er vaak meerdere kleine vochtblaasjes in de eierstokken. Dit zijn eiblaasjes die niet goed doorgroeien. Normaal groeit er in elke cyclus één eiblaasje door tot de eisprong. Bij PCOS gebeurt dit vaak niet. Daardoor komt de eisprong minder vaak of helemaal niet. Hierdoor blijft de menstruatie uit of komt deze minder vaak. Als er geen eisprong plaatsvindt, is het lastiger om zwanger te worden. PCOS komt bij ongeveer vijf tot tien procent van alle vrouwen voor. Overgewicht speelt hier vaak een rol. Bij vrouwen met aanleg voor PCOS nemen de klachten vaak toe als ze aankomen in gewicht.

Hoe ontstaat PCOS?

De exacte oorzaak is niet bekend. Bij PCOS zijn vaak meerdere hormonen uit balans. Daardoor groeien eiblaasjes minder goed en komt de eisprong minder vaak of helemaal niet op gang. Hierdoor blijven menstruaties soms lang weg of komen ze onregelmatig.

Meer uitleg over hormonen bij PCOS

Bij PCOS werken sommige hormonen anders dan normaal. Dat kan zo gaan:

- FSH (follikelstimulerend hormoon) zorgt er normaal voor dat eiblaasjes groeien. Bij PCOS is deze waarde vaak normaal maar onvoldoende om de eiblaasjes goed te laten rijpen.
- LH (luteïniserend hormoon) is bij PCOS vaak te hoog. Hierdoor raakt de balans tussen LH en FSH verstoord. Dit kan zorgen dat de eisprong niet plaatsvindt.
- Androgenen, zoals testosteron, zijn vaak te hoog. Hierdoor kunt u last krijgen van acne of meer lichaamsbeharing. Ook blijft de eisprong hierdoor soms uit.
- Insuline: Veel vrouwen met PCOS zijn minder gevoelig voor insuline. Het lichaam maakt dan extra insuline aan. Dit zorgt ervoor dat er meer androgenen worden aangemaakt en dat de cyclus verder kan ontregelen.

Niet iedereen met PCOS heeft dezelfde afwijkingen. PCOS is een spectrum. Klachten en uitslagen kunnen per persoon verschillen.

Hoe vaak komt PCOS voor?

PCOS komt voor bij ongeveer vijf tot tien procent van alle vrouwen. Het komt soms vaker voor in families. Overgewicht speelt hierbij vaak een rol.

Wat zijn de kenmerken van PCOS?

PCOS wordt meestal vastgesteld als er twee van de drie kenmerken aanwezig zijn:

- Minder dan acht menstruaties per jaar (oligomenorroe) of helemaal geen menstruatie (amenorroe).
- Een verhoogde testosteron waarde en/of verschijnselen die passen bij een verhoogde testosteronwaarde, zoals acne of overbeharing volgens een mannelijk patroon.
- Er worden meer dan 20 eiblaasjes in een of beide eierstokken gevonden.

Hoe wordt PCOS vastgesteld?

Om PCOS vast te stellen doen we twee onderzoeken:

Bloedonderzoek

In het bloed worden de waarden van het FSH, LH, oestrogeen, soms prolactine en testosteron bepaald. Dit doen we op de derde, vierde of vijfde dag van de menstruatie.

Inwendig echo-onderzoek

Normaal gesproken zien we in de eerste helft van de cyclus in elke eierstok vijf tot acht eiblaasjes. Bij PCOS zien we vaak meer dan twintig eiblaasjes in een of beide eierstokken.

Welke behandelingen zijn mogelijk?

PCOS kan niet worden genezen, maar de klachten kunnen goed worden behandeld. De juiste behandeling hangt af van uw situatie en uw wensen. Er zijn vier belangrijke behandelroutes:

Onregelmatige of uitblijvende menstruaties zonder kinderwens

Als uw menstruatie lang wegblijft, is het belangrijk om regelmatig een bloeding op te wekken. Daarmee verkleinen we de kans op problemen van het baarmoederslijmvlies. Dit kan met de anticonceptiepil of met andere medicatie. Uw arts bespreekt welke optie het beste past.

Acne of overmatige haargroei

Bij klachten zoals acne of meer lichaamsbeharing kan de pil helpen omdat deze de hoeveelheid mannelijke hormonen verlaagt. Dit vermindert vaak geleidelijk de klachten.

Geen kinderwens, maar wel betrouwbare anticonceptie nodig

Veel vrouwen met PCOS kunnen gewoon zwanger worden. Als u niet zwanger wilt worden, heeft u betrouwbare anticonceptie nodig. Uw arts of huisarts bespreekt welke methode past bij uw gezondheid en voorkeuren.

Kinderwens, ondersteuning bij zwanger worden

Als de eisprong niet of weinig voorkomt, kan de eirijping worden gestimuleerd met medicatie. Bij overgewicht werkt deze behandeling vaak minder goed. Bij ongeveer de helft van de vrouwen komt de eisprong spontaan terug als zij afvallen.

Wat kunt u zelf doen?

Gezond leven heeft een grote invloed op PCOS. Vrouwen met PCOS hebben mogelijk een verhoogde kans op diabetes mellitus type II (suikerziekte), hart- en vaatziekten, hoge bloeddruk en baarmoederslijmvlieskanker.

Veel vrouwen merken dat klachten verbeteren als ze afvallen. Soms komt de eisprong dan vanzelf weer op gang. Gezonde voeding, beweging en een gezond gewicht kunnen hierbij helpen en bij het verlagen van de kans op ziekten op de langere termijn.

Als u ondersteuning wilt bij het veranderen van uw leefstijl, kunt u dit met uw arts of huisarts bespreken. Zij kunnen u verwijzen naar een diëtist of naar een gecombineerde leefstijlinterventie.

De impact van PCOS

PCOS kan veel invloed hebben op uw leven. U kunt zich onzeker voelen over zwanger worden. Afvallen kan zwaar zijn. Ook de onderzoeken en behandelingen kosten tijd en energie. Soms zijn hormonen nodig en lukt een behandeling niet meteen. Dat kan emotioneel lastig zijn. Praat erover met uw partner, familie, vrienden, uw arts of huisarts. U staat er niet alleen voor.

Spoedgeval na bezoek aan DC Klinieken

Bel in geval van spoed: 088 0100 998.

Vergoedingen

DC Klinieken heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dat betekent dat vrijwel alle zorg vergoed wordt. Net als in het ziekenhuis. U heeft wel een verwijzing van uw (huis)arts nodig. Houd rekening met uw eigen risico. Hier vindt u meer informatie over vergoedingen en eventuele uitzonderingen: www.dcklinieken.nl/vergoedingen.

Vragen

Ga voor meer informatie en antwoorden op veelgestelde vragen naar: www.dcklinieken.nl/contact of neem contact op met ons Service- en Informatiecentrum via 088 0100 900.