

**Bevillingsmodtager** Stine Smedegaard, MD

---

**Ansættelsessted** Aarhus University, Department of Clinical Medicine

---

**Seniorforsker** Associate Prof, Ulla Kampmann

---

**Projekttitel** RESTORE-PCOS: Targeting insulin REsiSTance and Ovulatory dysfunction through pRE-meal whey protein in PCOS: A 12-week Randomized Controlled Trial

---

### Lægmandsresumé

Polycystisk ovariesyndrom (PCOS) er en hyppig hormonforstyrrelse, som rammer op til 18 % af kvinder. Tilstanden er kendetegnet ved insulinresistens, forhøjet niveau af mandlige kønshormoner (androgener) og uregelmæssige menstruationer. Mange kvinder oplever samtidig overvægt og øget risiko for type 2-diabetes og hjertekarsygdomme. De gængse behandlinger, som fx metformin og p-piller, kan være effektive, men mange kvinder ønsker ikke medicinsk behandling, især de planlægger at blive gravide.

Kosten spiller en vigtig rolle for blodsukkerregulering og hormonbalance. Nyere forskning viser, at indtagelse af valleprotein lige før måltider kan forbedre blodsukkerkontrol og insulinvirksomhed hos personer med insulinresistens. Dog mangler man viden om, hvordan denne strategi virker ved længerevarende indtag – særligt hos kvinder med PCOS.

Dette projekt består af to studier. Første studie involverer kvinder med PCOS, som skal smage forskellige valleprotein-produkter og vurdere smag og brugervenlighed. Resultaterne skal sikre, at interventionen bliver tilpasset deltagernes præferencer og er nem at anvende. Andet studie er et 12-ugers randomiseret, kontrolleret forsøg, hvor vi undersøger effekten af valleprotein, når det indtages før et måltid, på insulinresistens (målt med den mest præcise metode: en clamp-test), hormonbalance, ægløsning, kropssammensætning, betændelsesmarkører og livskvalitet.

Projektet udføres i et tæt samarbejde mellem Aarhus Universitet, Arla Foods Ingredients og Galway Universitet i Irland. Målet er at skabe ny viden, der kan danne grundlag for en sikker og enkel koststrategi, som kan hjælpe kvinder med PCOS til bedre stofskifte, øget fertilitet og højere livskvalitet uden brug af medicin.