

## Männergesundheit: Pflanzliche Arzneimittel lindern quälenden Harndrang

**Die Prostata ist das einzige Organ des Menschen, das mit steigendem Alter an Größe zunimmt. Ihr allmähliches Wachstum, kurz BPS genannt – macht sich bei jedem zweiten Mann über 50 mit unangenehmen Symptomen wie ständiger Harndrang bemerkbar. Pflanzliche Arzneimittel helfen das Fortschreiten solcher Beschwerden zu verlangsamen und damit eine Operation zu verhindern oder zumindest hinauszuzögern.**

Zur Primärtherapie von geringen bis mittelschweren Beschwerden des unteren Harntraktes beim Mann eignen sich vor allem Extrakte aus Sägepalmenfrüchten (*Serenoa repens*, *Sabal serrulata*), Brennnesselwurzeln (*Urtica dioica*), sowie sitosterolhaltige Präparate aus *Hypoxis rooperi*, stellte der Urologe Prof. Dr. Jürgen Sökeland, Dortmund, kürzlich fest. Vor allem die Wirksamkeit der Kombination aus Sägepalme und Brennnessel wurde in mehreren Doppelblindstudien über einen längeren Zeitraum geprüft.

- ✓ In einer placebokontrollierten, doppelblinden Multicenterstudie wurden 543 Patienten über 52 Wochen mit einer Sägepalme-Brennnessel-Kombination oder dem chemischen Urologikum Finasterid behandelt. Beide Präparate erwiesen sich als therapeutisch äquivalent, bei besserer Verträglichkeit des Phytopharmakons (*Sökeland et al, Urologe [A] 1997; 36: 327–333*).
- ✓ In einer randomisierten placebokontrollierten Doppelblindstudie mit 40 Patienten waren in der mit der Pflanzenkombination behandelten Gruppe nach 24 Wochen sowohl die Symptome Harnfluss, Häufigkeit der Entleerung und imperativer Harndrang, als auch die Lebensqualität signifikant stärker gebessert als in der Placebogruppe (*Popa G. et al., MMW-Fortschr. Med. 147, Nr. III (2005) 103-108*).
- ✓ In einer weiteren randomisierten Doppelblindstudie wurden 140 Patienten 60 Wochen lang entweder mit der Sägepalme-Brennnessel-Kombination oder mit Tamsulosin behandelt. In beiden Gruppen sank der Internationaler Prostata-Symptomen-Score (IPSS) jeweils gleich stark. Die Lebensqualität entwickelte sich unter der Phytotherapie aber günstiger als unter dem Alphablocker. (*Engelmann et al. Drug Research Vol. 56 (2006), 3: 222–229*).

Fazit: Während 60 bis 70 Prozent der Patienten wegen unerwünschter Nebenwirkungen beispielsweise die Therapie mit Alphablockern nach einem Jahr absetzen, sind bestimmte Phytopharmaka bei vergleichbarer Wirksamkeit gut verträglich. „Zu bevorzugen sind allerdings Präparate, für die Wirksamkeitsnachweise aus randomisierten, doppelblinden Langzeitstudien vorliegen“ empfiehlt Professor Sökeland.

Weitere Informationen zu Phytotherapie finden Sie unter  
[www.phytotherapie-komitee.de](http://www.phytotherapie-komitee.de)

KFN 6/2010 – 19.4.2010