

Prostataprobleme: Pflanzenkombination hilft auch bei größeren Beschwerden

Viele Männer kennen das leidige Thema: Bei manchem von ihnen wird der Harndrang und Schwierigkeiten beim Wasserlassen schon vom 40. Lebensjahr an zum Problem. Mehr als die Hälfte der über 65-jährigen plagt sich mit dem häufigsten urologischen Leiden des Mannes, der gutartigen Vergrößerung der Prostata – medizinisch benigne (= gutartige) Prostata-Hyperplasie (= Vergrößerung) (BPH). Kürzlich hat eine neue Studie gezeigt, dass die Einnahme hochwertiger pflanzlicher Extrakte sogar bei größeren Beschwerden genauso gut helfen kann wie chemisch definierte Medikamente.

Die wichtigsten Symptome einer BPH sind häufiger, vor allem nächtlicher Harndrang, Druck auf der Blase, Harnträufeln und ein unkontrollierbares Überlaufen der Blase bis zur Harninkontinenz. Die wachsende Drüse drückt die Harnröhre zusammen und blockiert so den Harnabfluss. Die Blase lässt sich trotz starken Harndrangs nicht mehr vollständig entleeren. Das kann die Lebensqualität stark beeinträchtigen – der oft imperative Harndrang stört den Nachtschlaf und zwingt viele Männer dazu, sich auch tagsüber möglichst in der Nähe einer erreichbaren Toilette aufzuhalten – oder kann sogar Nierenschäden verursachen.



Foto: Karin Witschi

Zur Behandlung der BPH gibt es neben chemisch-synthetischen Medikamenten, die mehr oder weniger starke Nebenwirkungen verursachen, auch bewährte Phytopharmaka, vor allem aus Sägepalmenfrüchten (*Sabal serrulata*) und Brennnesselwurzeln (*Urtica dioica*). Mit der Kombination aus beiden wurde aktuell eine randomisierte, doppelblinde, klinische Studie durchgeführt, deren Ergebnisse kürzlich im renommierten „World Journal of Urology“ (2005;23:139-146) veröffentlicht wurden. An der Untersuchung beteiligt waren 257 Männer (Durchschnittsalter: 67 Jahre), die

unter einer mittelschweren bis schweren Ausprägung der BPH-Symptome litten. Die eine Hälfte von ihnen wurde insgesamt 24 Wochen lang mit der standardisierten Sabal-Urtica-Kombination PRO 160/120 behandelt, die andere Hälfte erhielt eine wirkstofffreie Placebo-Zubereitung.

Die Intensität der Beschwerden wurde zu Studienbeginn und in vierwöchigen Abständen mit einem international gebräuchlichen Standardfragebogen (I-PSS) erfasst. Das Ergebnis war eindeutig: Die Beschwerden der mit dem Phytopharmakon behandelten Männer verbesserten sich statistisch signifikant besser als die der Placebogruppe. Mit der Verbesserung um 35,3 Prozent erwies sich die Sabal-Urtica-Kombination als vergleichbar wirksam wie die meisten chemisch-synthetischen Prostata-Präparaten. Unerwünschte Ereignisse waren dagegen sehr selten, nicht häufiger als in der Placebogruppe.