

Sägepalme

Sabal serrulata



Antje Görlach

Fach-PTA für Homöopathie und
Naturheilkunde

Die Sägepalme ist eine im Südosten der USA beheimatete zwittrige Fächerpalme, die bis zu vier Meter groß werden kann. Man erkennt die Pflanze an ihrem kurzen Stamm und ihren länglichen, fächerähnlichen Blättern mit spitzen Enden. Sie gehört zur Familie der Palmengewächse.

Die Sägepalme wächst fast ausschließlich in den subtropischen Regionen Nordamerikas, z. B. in Florida. Dort ist sie oft in großen Kolonien anzutreffen. Deshalb ist die Sägepalme, neben einer hochstämmigen Verwandten, sogar im Staatswappen Floridas zu finden.

Schon die nordamerikanischen Ureinwohner erkannten den Nutzen als Heilpflanze und behandelten damit männliche Patienten mit Beschwerden im Bereich der ableitenden Harnwege.

Im Jahr 1890, führten drei US-amerikanische Homöopathen Arzneimittelprüfungen mit Sabal-Früchten durch. Sie kamen zum Ergebnis, dass sich mit dieser Droge Miktionsbeschwerden, Restharnbildung und häufiger Harndrang, bessern ließen. Doch erst 1986, fast hundert Jahre später, wurde in der Bundesrepublik das erste phytotherapeutische Monopräparat aus Sabal-Früchten in den Handel eingeführt.

Medizinisch verwendet man die reifen, unvollständig getrockneten Samen. Die Beere enthält pflanzliche Hormone, die sogenannten Phytosterole, welche eine hormonähnliche Wirkung besitzen, aber auch Flavonoide, Gerbstoffe und pflanzliche Öle. Diese Inhaltsstoffe der Sägepalmenfrüchte greifen in den Stoffwechsel der Steroidhormone ein und hemmen somit die Bildung von Dihydrotestosteron (DHT). Ein erhöhter Dihydrotestosteron-Spiegel kann zu einer Prostatavergrößerung (benigne Prostatahyperplasie) führen. Dihydrotestosteron ist die biologisch wirksamste Form des wichtigsten männlichen Sexualhormons Testosteron.

In diversen nationalen und internationalen Studien der letzten zehn Jahre, konnte die Linderung der Symptome einer Prostatavergrößerung mit dem Sägepalmenextrakt und die Verbesserung des Allgemeinbefindens der Prostata nachgewiesen werden. Zu den Symptomen zählen häufiger Harndrang und nächtlicher Harndrang, sowie Probleme bei der Blasenentleerung, wie z. B. ein verzögerter Start, ein wiederholt unterbrochener Harnstrahl oder Nachträufeln.

*Sabal serrulata oder
Serenoa repens (lateinisch)*

Steckbrief

Inhaltsstoffe:

Phytosterole, Gerbstoffe, pflanzliche Öle, Flavonoide

Wirkung:

antientzündlich, beugt der Bildung von Ödemen vor

Anwendung:

Gutartige
Prostatavergrößerung,
Beschwerden
beim Wasserlassen,
Blasenentleerungsstörungen,
Miktionsbeschwerden,
Prostataentzündung