Postbus 7279
3280 AB Numansdorp
T : (0186) 577 177
F : (0186) 654 221
E : info@naturafoundation.nl
I : www.naturafoundation.nl

NATURA FOUNDATION

Sabal serrulata
Fytotherapie

SYNONIEMEN
zaagbladpalm, dwergpalm, saw palmetto

BESCHRIJVING

Inleiding
De vruchten van Sabal serrulata of Serenoa repens werden voor het eerst rond 1700 door Amerikaanse Indianen in Florida gebruikt als algemeen tonicum. Ook paste men de vruchten toe bij prostaatvergroting. Hoewel het werkingsmechanisme van Sabal serrulata nog niet volledig is opgehelderd, wordt de werking van deze vruchten bij een minder goede prostaatfunctie al sinds 1800 in medische literatuur genoemd. Vanaf 1900 schrijven artsen de vruchten veelvuldig voor bij urogenitale aandoeningen. Sabal serrulata -ook wel dwergpalm of zaagpalm genoemd- komt voor in het zuiden van de Verenigde Staten, het zuiden van Europa en het noorden van Afrika. Florida is de grootste leverancier van Sabal extracten. De palm wordt 3 tot 4 meter hoog en behoort tot de familie der Palmaceae. De vruchten van deze heester zijn aanvankelijk geel, in de herfst verkrijgen ze tijdens het rijpen blauwpaarse kleur.

Extracten
De gedroogde vruchten van de Sabal serrulata bevatten een grote verscheidenheid aan werkzame bestanddelen met als lipofiele bestanddelen de vetzuren en phytosterolen. Tot de vetzuren behoren onder andere caprilzuur, caproïnezuur, capronzuur, laurylzuur, palmitinezuur, oliezuur, palmitinezuur, stearinezuur en myristicinezuur. De belangrijkste phytosterolen zijn bèta-sitosterol, stigmasterol, cycloartenol, lupeol, lupenone en 24-methyl-cycloartenol. Tot de hydrofiele bestanddelen behoren invertsuiker, mannitol, polysacchariden (galactose, arabinose, uronzuur), flavonoïden, hars, looistoffen, koffiezuur, chlorogeenzuur en etherische oliën (0.54%). In de fytotherapie gebruikt men vooral de lipofiele extracten van gedroogde en gemalen vruchten. De monografie van Sabal serrulata geeft aan dat lipofiele gestandaardiseerde extracten van gedroogde vruchten minimaal 85% vetzuren en phytosterolen bevatten. Met gestandaardiseerde Sabal extracten in een dagdosering 320 mg onderzochten wetenschappers de werkzaamheid bij prostaatfunctie stoornissen.

De prostaatfunctie
Bij het ouder worden kan de prostaat bij mannen groter worden en vervolgens de urethra (urinebuis) dichtdrukken. Dit bemoeilijkt vooral het urineren, er is bijvoorbeeld sprake van een minder krachtige straal, nadruppelen, een toenemende aandrang (vooral 's nachts), een pijnlijke of moeizame mictie, urineretentie of incontinentie. Hoe deze prostaatvergroting ontstaat, is niet helemaal bekend, wetenschappers verschillen hierover van mening.
Hoewel niet bewezen, neemt men aan dat hormonen een rol spelen bij het ontstaan van prostaatvergroting. Wetenschappers vermoeden dat 5-α-dihydrotesteron (DHT) de groei van het prostaatweefsel stimuleert. Het enzym 5-α-reductase (5-AR) werkt als katalysator bij de omzetting van testosteron naar DHT in de prostaatcellen.
DHT wordt gekoppeld aan androgeen receptoren in de nucleaire prostaatcellen en stimuleert daar cellulaire groei en deling (hyperplasie). Daarnaast kan een versterkte spiertonus van blaashals en prostaat -welke α-1-adrenergische receptoren veroorzaken, het urineren bemoeilijken. In hyperplastisch prostaatweefsel zijn de 5-AR-waarden hoger dan in normaal prostaatweefsel. De aanwezigheid van DHT stimuleert de 5-AR-vorming waardoor via een positief terugkoppelingmechanisme nog meer DHT wordt geproduceerd.

WERKING

Werkzame bestanddelen:
Lipofiele bestanddelen: vette olie(palmetto-olie) waaronder vrije vetzuren met caprylzuur, capronzuur, caproïnezuur, laurylzuur, myristicinezuur, palmitinezuur, oliezuur, stearinezuur; phytosterolen, triterpenen, caroteen, invertsuiker, mannitol, polysacchariden als galactose, arabinose en ursonzuur; flavonoïden, hars, koffiezuur, chlorogeenzuur, etherische olie (0.54%) en looistof.

Werkingsmechanisme
Sinds 1982 onderzoeken wetenschappers of lipofiele, gestandaardiseerde Sabal vruchtextracten de prostaatfunctie kunnen verbeteren. De onderzoekers Stenger, Briley, Carilla en Sultan ontdekten dat Sabal vruchtextracten vermoedelijk anti-androgeen werken middels een directe binding aan androgeenreceptoren en blokkade van 5-α-reductase. In talrijke in vitro en in vivo studies is gezocht naar het exacte werkingsmechanisme van Sabal

vruchtextracten op de prostaatfunctie.
Champault leidde in 1984 een dubbelblinde, placebo gecontroleerd onderzoek met 110 deelnemers met mictieklachten. De ene helft van de groep kreeg 320 mg lipofiel, gestandaardiseerd Sabal vruchtextract, de andere helft een placebo. Na een maand produceerden de deelnemers die het Sabal extract kregen 50% meer urine per mictie; de volumeverhoging van de placebo groep was 5% per mictie. De frequentie van het urineren 's nachts was bij de Sabal-groep afgenomen met 45%, tegenover een afname van 15% in de placebogroep.
In 1994 onderzocht Braeckman 505 mannen met mictieklachten. Alle deelnemers kregen 3 maanden 320 mg Sabal vruchtextract. Als toetsmethode namen de onderzoekers de "Internationaal Prostaat Syndroom Score" (IPSS). Na 3 maanden beoordeelden 88% van de deelnemers en artsen de therapie als succesvol. In een internationale studie onderzocht Carraro 1098 mannen met mictieklachten. Een half jaar kregen de mannen dagelijks 320 mg Sabal vruchtextract of 5 mg finasteride (regulier geneesmiddel). De toetsmethode was de IPSS. Alle deelnemers verbeterden gelijkwaardig ten aanzien van de mictieklachten. Bij finasteride-groep daalde de SPSA-waarde (Serum Prostaat Specifiek Antigen) met 41%, bij de Sabal-groep trad deze daling niet op. Een verhoogde SPSA-waarde kan een aanwijzing zijn voor maligniteiten. Gebruik van finasteride kan een verhoogde SPSA-waarde maskeren.

CONTRA-INDICATIES
Gebruik van Sabal vruchtextracten bij bestaande hormoontherapie kan deze therapie beïnvloeden.

BIJWERKINGEN
Uit vele studies blijkt dat Sabal vruchtextracten zowel veilig als effectief zijn ter ondersteuning van de prostaatfunctie, hoewel de omvang van de prostaat alsmede serumwaarden door inname van deze extracten niet veranderen. Sabal extract wordt goed verdragen. Zeer zelden maken patiënten melding van lichte maagdarmklachten. Deze klachten verdwijnen als zij het extract tijdens de maaltijd innemen. Voor een optimaal resultaat dient de patiënt de behandeling met extracten minimaal 3 maanden te continueren.