



Dr. med. Thomas Klein, MSc;  
Med.-wiss. Leitung  
APOMEDICA  
www.apomedica.com

# Kürbiskernextrakt bei Prostatahyperplasie

**Die Wirkstoffe aus Samen des Steirischen Arzneikürbisses (*Cucurbita pepo styriaca*) sind hydrophil und reichern sich in fettfreien Spezialextrakten an. Diese Extrakte kommen bei Prostatahyperplasie (Stadium I und II) zum Einsatz. Aufgrund der guten Verträglichkeit ist die Akzeptanz für einen unterstützenden pflanzlichen Therapieansatz bei den betroffenen Männern groß.**

Die benigne Prostatahyperplasie (BPH) tritt ab dem 6. Lebensjahrzehnt bei rund 50 % aller Männer auf, die Häufigkeit steigt sogar bis über 90 % im 9. Lebensjahrzehnt. Das durchschnittliche Alter, bei dem sich eine klinische Manifestation zeigt, liegt bei 65 Jahren. Die Symptomatik der BPH lässt sich folgendermaßen einteilen:

- **obstruktive Symptome** (Miktionsymptome) wie Harnstrahlabschwächung, Miktionsverlängerung, Startverzögerung, Nachträufeln, Restharngefühl und Harnverhaltung
- **irritative Symptome** (Speichersymptome) wie Pollakisurie (häufiger Harndrang), Nykturie (nächtliche Miktionen), imperativer Harndrang und Dranginkontinenz

## Cucurbita pepo styriaca

Der bei den oben beschriebenen Beschwerden pharmakologisch genutzte Arzneikürbis stammt vom Gartenkürbis (*Cucurbita pepo*) ab. Er wird auch als Steirischer Ölkürbis bezeichnet; der vollständige Name lautet *Cucurbita pepo convar. citrullina var. styriaca*. Kultiviert wird er seit etwa 100 Jahren. Als Arzneidroge werden die weichschaligen Kürbiskerne bzw. Kürbissamen (*Cucurbitae semen*) verwendet.

Hydrophile Komponenten im Kürbissamen, die derzeit Gegenstand universitärer Forschungsprojekte sind, hemmen die Proliferation im Prostatagewebe und haben eine stärkende Wirkung auf die Beckenboden- und Blasenmuskulatur.

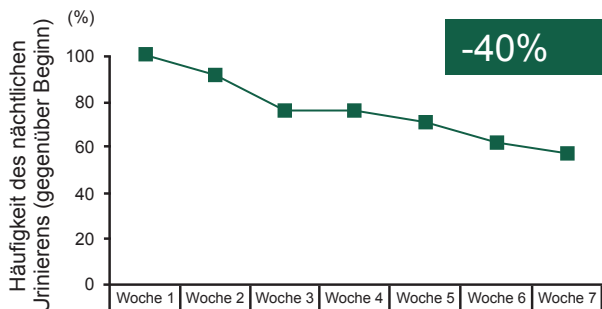
## Wirkprinzip

Die 5-alpha-Reduktase katalysiert bei Männern die Umwandlung von Testosteron in Dihydrotestosteron und trägt so wesentlich zur Hyperplasie des Prostatagewebes bei. Für wässrige Auszüge eines speziellen, lipidfreien Kürbiskernextraktes (EFLA® 940) ist in vitro eine Hemmung der 5-alpha-Reduktase belegt, was den Nutzen bei benigner Prostatahyperplasie plausibel macht. Obwohl dieses Wirkprinzip als vorrangig gilt, geht man davon aus, dass weitere Effektmechanismen und Sameninhaltsstoffe für den positiven Einfluss auf den Harnwegtrakt von Bedeutung sind. So sind beispielsweise auch antibakterielle und entzündungshemmende Eigenschaften der Kürbissamen bekannt.

## Studien

Für den Einsatz von Kürbiskernextrakten bei BPH im Stadium I-II liegen u. a. Ergebnisse einer placebokontrollierten Doppelblindstudie mit 476 Patienten vor. Das durchschnittliche Alter der Männer lag bei 63 Jahren, die Studiendauer betrug 12 Monate. Der International Prostate Symptom Score (IPSS), der Symptome wie mangelnden Harnfluss und häufigen Harndrang berücksichtigt, verbesserte sich durch einen Kürbiskernextrakt signifikant gegenüber Placebo.<sup>1</sup>

### Nächtlicher Harndrang reduziert



**Abb. 1:** Ein Spezial-Kürbiskernextrakt (EFLA® 940) verringerte den nächtlichen Harndrang bei älteren Männern signifikant.<sup>2</sup>

In einer klinischen Studie aus Japan mit 54 Männern zwischen 65 und 88 Jahren, die unter vermehrtem nächtlichen Harndrang (Nykturie) litten, reduzierte sich nach 6 Wochen Einnahme eines Kürbiskernextraktes die Häufigkeit des Urinierens um rund 40 % (Abb. 1). Als „stark verbessert“ oder „verbessert“ beurteilten 86,7 % der Patienten ihre Beschwerden am Ende der Studie.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> ESCOP Monographs. The Scientific Foundation for Herbal Medicinal Products, Second Edition: Supplement 2009. P 50-56. Thieme

<sup>2</sup> Terado T et al: Clinical Study of mixed processed foods containing pumpkin seed extract and soybean germ extract on pollikiuria in night in elderly men. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61.

Weitere Informationen erhalten Sie per E-Mail: science@apomedica.com