

PROSTATA ERKRAN- KUNGEN



WIE MAN VORBEUGEN UND BEGLEITEN KANN

Das ganze Leben kaum irgendwelche Beschwerden gehabt – und jetzt das? Egal, wie gesund und fit man ist, ab 65 Jahren müssen rund zwei Drittel aller Männer mit einer gutartig vergrößerten Prostata rechnen. Was erstmal peinlich ist, ist also ziemlich "normal" – und zum Glück nicht unlösbar.

Von Dr. phil. Doris Steiner-Ehrenberger

Die Symptome sind lästig und bereiten Sorgen: häufiger und starker Harndrang, auch nachts, ein schwacher oder unterbrochener Harnstrahl, Nachtröpfeln, Harnverhalten oder Blut im Urin. Wird die Blase nicht vollständig entleert, drohen Harnwegsentzündungen und Blasensteine, sogar chronische Nierenschäden.

Die Hormone sind die Ursache

Es sind hormonelle Veränderungen, die das Wachstum der Prostata verursachen. Doch oft reicht bereits die Gabe von *Sägepalmerkstrakt*, wobei eine Mischung mit dem *Reishi* Pilz sehr bewährt ist. Beide Natursubstanzen beeinflussen das hormonelle Gleichgewicht zum Positiven.

Testosteron wird zu Dihydrotestosteron

Testosteron ist der beste Freund des Mannes, weil das Hormon viel mit dem Selbstbild zu

tun hat, der Muskelmasse, der Erektionsfähigkeit, dem Durchsetzungsvermögen, der männlichen Ausstrahlung. Aber es geht um mehr: Testosteron schützt die Prostata. Das Enzym 5-Alpha-Reduktase wandelt Testosteron in Dihydrotestosteron um, ein weiteres Hormon, das aber stärker an die Rezeptoren bindet und länger dort verweilt. In jungen Jahren sind beide Hormone perfekt ausbalanciert und arbeiten harmonisch miteinander. Später nimmt Testosteron ab, Dihydrotestosteron ist im Überschuss, überhaupt wenn eine genetische Veranlagung dafür vorliegt. Das ist der Hauptgrund für das Wachstum der Prostata – und auch für den genetisch bedingten Haarausfall bei Männern, der dieselbe Ursache hat! Dihydrotestosteron bindet an Haarfollikel, lässt sie schrumpfen. Die Haare werden dünner bis sie ausfallen.

Testosteron wird zu Östradiol

Die zweite Ursache für Testosteronmangel ist

Östrogendominanz. Bauchfett und Alkohol sind dafür die gefährlichste Kombi! Das Enzym Aromatase ist im Bauchfett aktiv, wird durch Alkohol aktiviert und veranlasst, dass Testosteron in Östrogen umgewandelt wird. Sinkt mit zunehmendem Alter der Testosteronspiegel, verweiblicht der Mann, wenn Östradiol hoch bleibt – oder noch angehoben wird durch einen dicken Bauch, Alkohol (vor allem Bier), erhöhte Insulinspiegel (Zucker, Weißmehlprodukte) und Bewegungsmangel. Bauchfett lässt sich überhaupt erst abbauen (und Muskel aufbauen), wenn Östradiol nicht erhöht ist, weil damit Fettspeicherung und Zunahme von Fettgewebe noch forciert werden.

Beide Prozesse werden gehemmt!

Sowohl die *Sägepalmfrüchte* als auch der *Reishi Vitalpilz* greifen gleich in beide Geschehen ein. Sie reduzieren die Umwandlung von Testosteron in Dihydrotestosteron durch Hemmung des Enzyms 5-Alpha-Reduktase und bremsen die Östrogendominanz durch Hemmung des Enzyms Aromatase. Davon profitieren übrigens auch Frauen mit Bauchfett oder östrogenabhängigen Erkrankungen wie Endometriose oder Brustkrebs.

Reishi schont Progesteron

Der *Reishi* senkt auch die Cortisolausschüttung nach dem Stressmoment wieder. Das schont das Hormon Progesteron, das für

die Cortisolbildung verbraucht wird, aber eine wichtige Funktion als Gegenspieler zu Östradiol hat und damit für das hormonelle Gleichgewicht des Mannes.

Sägepalmextrakt und Reishi Vitalpilz

- Wirken vorbeugend und im Stadium I und II der gutartigen Prostatavergrößerung
- Hemmen als 5-Alpha-Reduktase-Hemmer die Umwandlung von Testosteron in das aggressive Dihydrotestosteron und darum auch Haarausfall bei Männern
- Hemmen als Aromatase-Hemmer Östrogendominanz und erleichtern den Abbau von Bauchfett
- Verbessern den Harnfluss, reduzieren Probleme bei der Blasenentleerung
- Bremsen häufigen und nächtlichen Harndrang
- Lindern (nicht-bakterielle) Prostata-, Blasen-, Hoden- oder Brustdrüsenentzündung
- Reishi hilft bei der Stressanpassung, reduziert den Progesteron-Verbrauch

Aktiv gegen Krebszellen

Keine Tumorart wird bei Männern häufiger diagnostiziert als Prostatakrebs. Jeder Zehnte über 50 ist betroffen. Auch wenn wir jetzt nicht mit Sicherheit sagen können, dass sich Krebs mit der Mischung vermeiden lässt, ist sie doch ein Beitrag in die richtige Richtung. Denn Sägepalmfrüchte enthalten viel β -Sitosterol und Stigmasterol, zwei Pflanzenhormone. Eine Studie aus 2007 zeigte bereits, dass Sägepalmfrüchte einen Wachstumsstopp von Prostatakrebszellen (LNCaP, DU145 und PC3 Krebszellen) erwirken und zwar über verschiedene Prozesse, einschließlich Herunterregulierung des PSA-Werts und des Androgenrezeptor-Spiegels im Zellkern sowie von STAT 3, ein Transkriptionsfaktor, der bei Überaktivierung Krebsentstehung, Krebswachstum und Metastasierung fördert. All das passiert nebenwirkungsfrei.

Beugt Darm- und Brustkrebs vor

β -Sitosterol und Stigmasterol aus der Sägepalmfrucht aktivieren laut einer Studie aus 2009 auch das "Polizisten-Gen p53" in den Zellen, das überprüft, ob Zellen entarten und diese dann (über Aktivierung von FAS und Caspase-Aktivität) auch gleich eliminiert. Darm- und Brustkrebs werden ebenfalls gehemmt und das macht Sägepalmfrüchte auch für Frauen relevant! Es sollte untersucht

werden, ob Hormonblocker damit sogar zu ersetzen wären. Eine Studie aus 2004 an Zellkulturen gab dazu bereits erste Hinweise.

Krillöl mit Astaxanthin dazugeben!

Regelmäßige Omega-3-Zufuhr kann einer Studie aus dem Jahr 2015 zufolge überhaupt dazu beitragen, das Tumorwachstum der Prostata zu bremsen. Ist jedoch viel Astaxanthin enthalten, wie beim *Premium Krillöl mit Astaxanthin*, erhöht sich der Nutzen noch einmal maßgeblich. Denn gemeinsam hemmen sie die 5-Alpha-Reduktase fast vollständig und sogar vergleichbar gut wie das Medikament Finasterid. Astaxanthin machte sogar den Großteil der Wirkung in einer Studie aus 2015 aus! (Männer sollten das bei Haarausfall ebenfalls bedenken.)



- Der *Maitake Vitalpilz* hemmt Knochenmetastasen.
- Der *Agaricus blazei murrill Vitalpilz* unterstützt das Immunsystem und wirkt gegen eine Ausbreitung der Krebszellen über Blut (Angiogenese) und Lymphe.
- Der *Polyporus* verbessert den Abtransport von Zellgiften und Zellfragmenten über die Lymphe, etwa nach Abschluss der Chemotherapie.

Gute Kombi mit Reishi Vitalpilz

Die Kombination von *Sägepalmfrüchten* mit dem *Reishi Vitalpilz* hat noch zusätzliche Vorteile in Bezug auf die Krebsvorbeugung. *Reishi* ist besonders bei Prostatakrebs in der Lage, die Zelladhäsion und die Zellmigration sowie die Neubildung von Blutgefäßen (Angiogenese) zu hemmen und damit Wachstum und Ausbreitung des Krebsgeschehens

zu bremsen. Außerdem speichert die Prostata häufig Schwermetalle wie Cadmium aus dem Zigarettenrauch. Der Pilz wirkt sanft schwermetallausleitend, unter anderem durch sein Selen, und nützt auch auf diesem Weg der Erhaltung der Prostata. *Selen* ist ein Spurenelement, dessen Mangel Raucher besonders betrifft, da ein niedriger Selenspiegel die schützende Wirkung gegen Schwermetalle wie Cadmium reduziert und das Krebsrisiko dadurch erhöht.

Prostatakrebs – vom Schock zum Handeln

Alle predigen den Wert der Früherkennung. Zurecht, und es ist einfacher geworden. Der von vielen als unangenehm empfundene Tastbefund ist passé. Heute wird zuerst der PSA-Wert gemessen, der allerdings auch aus anderen Gründen erhöht sein kann. Bei erhöhtem Wert über 3 ng/ml wird eine Magnetresonanztomographie (MRT) durchgeführt.

Bei einem Prostatakarzinom muss auch nicht immer operiert werden. Oft wird der Tumor stattdessen bestrahlt. Ob Operation oder Bestrahlung, wir haben in unserem Verein in den letzten 20 Jahren etliche Erfahrungen gesammelt, wie sich beides gut begleiten lässt. Folgender Fallbericht zeigt, wie so eine Begleitung zur Bestrahlung aussehen kann.

Fallbericht: Prostatakarzinom

Mann 69, durch Bestrahlung sollte er PSA-Wert von 7 auf 4 ng/ml gesenkt werden. Für die umfassende Begleitung wählten wir

- *Sägepalmextrakt mit Reishi*
- *Baobaböl* vor und nach Bestrahlung aufgetragen gegen Hautschäden.
- *Agaricus blazei murrill Vitalpilz* gegen Ausbreitung der Krebszellen.
- *Granatapfelextrakt* – Senkung des PSA-Werts
- *Kolloidales Germaniumöl* lokal aufgetragen für mehr Sauerstoff im Gewebe.
- *Papayablatt Kapseln* griffen die Hüllen der Krebszellen durch Enzyme an.
- *Vitamin K2*, bei Prostatakrebs oft erniedrigt, gegen das Wachstum der Krebszellen.
- *Artemisia annua* zur Oxidation der Krebszellen (2x4 Kapseln täglich).

Das Ergebnis nach drei Monaten wöchentlicher Bestrahlung: Ein PSA-Wert bei 1,06 ng/ml. Das ist zwei Jahre her und er ist seitdem nicht gestiegen. Es war kein weiterer Bestrahlungszyklus nötig. Die Einnahmen wurden in kleinen Dosen noch ein Jahr fortgesetzt. ☺