

---

Subject: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [Kerl1979](#) on Mon, 13 Nov 2006 13:34:02 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also hier noch mal ein neuer Hinweis vom 13.11.06 15:05

Die Studie bezieht sich so gesehen nur auf die Prostataproblematik. Über die Wirkung auf den Haarausfall konnte ich nix finden. Hab auch nur quer gelesen.

Hier der Textauszug ausm Wiki:

Die Sägepalme gilt bislang als großer Star unter den Heilpflanzen für Männer: Als Wundermittel gegen gutartige Prostata-Vergrößerung, ein typisches Männerproblem, geht das Extrakt der Palmbeere millionenfach rezeptfrei über den Ladentisch. Doch nun hat der Siegeszug einen Dämpfer erhalten: Eine aufwändige Studie legt nahe, dass ihr Wirkstoff gar nicht hilft, das Wasserlassen zu erleichtern. Trotz Palmen-Kur bleibt die Harnröhre eingengt. Die Folge: Häufige Toilettenbesuche, bei denen die Blase nur zum Teil entleert wird.

Die in jungen Jahren kastaniengroße Prostata bereitet 13 Prozent der Männer in ihren 50ern Beschwerden als Harn-Hindernis – bei den 70- bis 79-jährigen sind es gar an die 30 Prozent. In den USA schluckt etwa jeder fünfzigste Mann die bittere Palmen-Pille, in Europa, vor allem in Deutschland, ist die Natur-Arznei noch beliebter. Sie soll nicht nur den Harnstrahl befreien, sondern auch noch schütteres Haar wieder zum Sprießen bringen.

Zweifel sind angebracht. In einer Studie, die im renommierten „New England Journal of Medicine“ (354; 6, S. 557) erschien, versagte das Präparat. Die Placebos, die einer Kontrollgruppe verabreicht wurden, halfen genauso gut oder schlecht wie die Sägepalme. Ältere Untersuchungen, die dem pflanzlichen Mittel eine gute Wirkung zusprechen, wischt Stephen Bent, der Verfasser der neuen Studie, beiseite: Sie beruhen auf kleineren Patientengruppen und auf kürzeren Beobachtungszeiträumen als seine Ergebnisse. Zudem habe sein Placebo auch den stechenden Geschmack des Palmextrakts nachgeahmt.

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [loydd](#) on Mon, 13 Nov 2006 13:44:01 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nun gut.....setzt du nun deine SP ab oder wie?

---

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [Kerl1979](#) on Mon, 13 Nov 2006 14:06:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

loydd schrieb am Mon, 13 November 2006 14:44 Nun gut.....setzt du nun deine SP ab oder wie?

Hi lloyd,

hab es schon seit längerem abgesetzt. Ich beobachte erst einmal ob es schlechter wird. Bin auch am überlegen, ob ich überhaupt noch was mache oder es einfach dabei belasse. Wird sich demnächst zeigen.

Schönen Gruß

---

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [yellow](#) on Mon, 13 Nov 2006 14:45:22 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Kerl1979 schrieb am Mon, 13 November 2006 14:34 Also hier noch mal ein neuer Hinweis vom 13.11.06 15:05

Und hier nochmal ein älterer Hinweis aus dem Forum:

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/22290/c6ccf86a2fa987b>

[7de090af48bcfed27/?srch=New+England+Journal+of+Medicine#msg\\_22290](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/22290/c6ccf86a2fa987b)

---

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 19 Nov 2006 21:24:35 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Man darf aber nicht vergessen, dass nicht alle Studien der Wahrheit entsprechen!

In meinen Augen fehlen hier einfach nur aussagekräftigere Studien. Nicht mehr und nicht weniger.

Bei der Anzahl an Studien die wir zur Zeit haben, kann man weder davon ausgehen dass Säge gegen HA wirkt, noch dass es NICHT gegen HA wirkt. Meine Meinung kann daher nur lauten: Ausprobieren! Wenn Hunderttausende Webseiten Sägepalme als Mittel gegen HA anpreisen, dann wird es sicher auch eine gewisse Wirkung haben (wenn auch nur eine geringe).

Vielleicht ist es aber auch nur das darin enthaltene Beta-Sitosterol was eine Wirkung auf den HA hat. Das könnte ich mir eher vorstellen. Denn Sägepalme ist ja nur eine einzige Pflanze, die hier bei uns gar nicht wächst. Beta-Sitosterol hingegen ist in vielen Pflanzen und Hülsenfrüchten (zB in Erdnüssen) enthalten. Ein Mangel an Beta-Sit. könnte also durchaus den HA auslösen.

Aufgrund der kontroversen Sachlage würde ich Beta-Sit. einfach über einen längeren Zeitraum austesten, statt sich ständig mit gelogenen und widersprüchlichen Studien herumzuärgern. Das bringt einfach nichts. Probieren geht über Studieren.

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [pilos](#) on Sun, 19 Nov 2006 21:38:54 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

yellow schrieb am Mon, 13 November 2006 15:45Kerl1979 schrieb am Mon, 13 November 2006 14:34Also hier noch mal ein neuer Hinweis vom 13.11.06 15:05

Und hier nochmal ein älterer Hinweis aus dem Forum:

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/22290/c6ccf86a2fa987b7de090af48bcfed27/?srch=New+England+Journal+of+Medicine#msg\\_22290](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/22290/c6ccf86a2fa987b7de090af48bcfed27/?srch=New+England+Journal+of+Medicine#msg_22290)

mann darf ebennicht alles glauben....

<http://www.herbmed.org/Herbs/Herb2.htm>

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [Gast](#) on Sun, 19 Nov 2006 21:39:31 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

wie waer es mal mit einem update auf deiner seite...

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [yellow](#) on Sun, 19 Nov 2006 21:48:04 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Son, 19 November 2006 22:38

mann darf ebennicht alles glauben....

<http://www.herbmed.org/Herbs/Herb2.htm>

Wenn du vielleicht in einem zweiten Satz noch ausformulieren wüdest, was genau du jetzt damit sagen willst, dann wäre mir sehr geholfen.

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [yellow](#) on Sun, 19 Nov 2006 21:57:53 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 19 November 2006 22:24 Wenn Hunderttausende Webseiten Sägepalme als Mittel gegen HA anpreisen, dann wird es sicher auch eine gewisse Wirkung haben (wenn auch nur eine geringe).

Auf diesen Webseiten wird aber zu 99% nicht nur dieses Mittel angepriesen, sondern auch verkauft.

Was mich halt an der Sägepalme ganz gewaltig stört, ist, dass sie nach(!) der Einführung von Finasterid als Antihäarausfallmitteln angepriesen wurde, mit der Begründung, sie wäre ebenfalls ein DHT Hemmer und damit ein pflanzlicher Finasteridersatz. Dann müsste aber auch das DHT im Serum erniedrigt sein. Das kann man ganz einfach durch eine Blutentnahme nachprüfen. Jedoch erniedrigt sie das DHT nicht! Wenn man nun im nachhinein nach anderen Mechanismen sucht, warum die Sägepalme trotzdem gegen Häarausfall wirken könnte, macht es eine Wirkung meiner Meinung nach nicht gerade wahrscheinlicher.

Gruß  
yellow

---

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Häarausfall

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 20 Nov 2006 14:43:08 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

yellow schrieb am Son, 19 November 2006 22:57 ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 19 November 2006 22:24 Wenn Hunderttausende Webseiten Sägepalme als Mittel gegen HA anpreisen, dann wird es sicher auch eine gewisse Wirkung haben (wenn auch nur eine geringe). Auf diesen Webseiten wird aber zu 99% nicht nur dieses Mittel angepriesen, sondern auch verkauft.

Was mich halt an der Sägepalme ganz gewaltig stört, ist, dass sie nach(!) der Einführung von Finasterid als Antihäarausfallmitteln angepriesen wurde, mit der Begründung, sie wäre ebenfalls ein DHT Hemmer und damit ein pflanzlicher Finasteridersatz. Dann müsste aber auch das DHT im Serum erniedrigt sein. Das kann man ganz einfach durch eine Blutentnahme nachprüfen. Jedoch erniedrigt sie das DHT nicht! Wenn man nun im nachhinein nach anderen Mechanismen sucht, warum die Sägepalme trotzdem gegen Häarausfall wirken könnte, macht es eine Wirkung meiner Meinung nach nicht gerade wahrscheinlicher.

Gruß  
yellow

In diesem Fall hast Du völlig Recht. Es wurde bewiesen, dass weder Sägepalme, noch Beta-Sitosterol den DHT-Spiegel im Blut senken. Aber ich sage immer "Viele Wege führen nach Rom".

Nur weil es das Blut-DHT nicht senkt, heisst es noch lange nicht, dass es nicht wirken würde!

Hier wird immer nur über die Konzentration des DHT im Blut gesprochen. Nur weil Finasterid mit dieser Wirkungsweise Erfolg hat, heisst das doch noch lange nicht, dass ALLE Mittel die selbe Wirkung erfordern, um einen HA-Stopp zu erzielen.

Beim Thema HA scheinen ziemlich viele Faktoren eine Rolle zu spielen. Auch was das sog. "Andocken" der Rezeptoren an die Haarfollikel betrifft.

Nur weil Säge und co. kein DHT im Blut senkt, ist das für mich noch lange kein Beweis dafür, dass es nicht gegen HA wirkt.

Ich möchte auch überhaupt nicht behaupten, dass Säge, Beta-Sit. u.s.w. wirken, aber ich möchte auch das Gegenteil nicht behaupten. So lange keine aussagekräftigen Studien vorliegen kann Säge genau so unwirksam sein wie wirksam.

Unter einer wirklich aussagekräftigen Studie stelle ich mir eine mindestens 1-jährige vor mit 100-200 Teilnehmern und zwar im Bezug auf die HAARE und nicht auf die Prostata!! Alles andere sind keine aussagekräftigen Studien, sondern Spekulationen. Und gerade bei HA bedarf es einem langen Zeitraum wegen den ganzen Ruhe- und Wachstumsphasen.

Ich jedenfalls nehme Säge und Beta-S. weiter. Und wenn es nicht gegen HA wirkt, so hat es wenigstens einen anderen Nutzen auf die Gesundheit.

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [pilos](#) on Mon, 20 Nov 2006 15:08:44 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

yellow schrieb am Son, 19 November 2006 22:57

Auf diesen Webseiten wird aber zu 99% nicht nur dieses Mittel angepriesen, sondern auch verkauft.

es geht gar nicht um die seite selbst sondern um die verweise...und die meisten sind ja von pubmed....

nein sägepalme senkt kein dht...das ist richtig...habe ich schon seit monate gesagt...aber zumindest für prostata wirkt es auf welchem mechanismus auch immer.....was es aber nicht automatisch heisst....dass es für AGA überhaupt etwas bringt...

ich meine werde wohl nicht hunderte von studien schrott sein.... ...und die eine aussage es wirkt nicht 100% richtig....

[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?db=pubmed&cmd=Retrieve&dopt=AbstractPlus&list\\_uids=10725865&am p;am p;query\\_hl=2&itool=pubmed\\_docsum](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?db=pubmed&cmd=Retrieve&dopt=AbstractPlus&list_uids=10725865&am p;am p;query_hl=2&itool=pubmed_docsum)

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/14566/e48d96838e21adf7eca12054e603e3b3/?srch=serenoa#msg\\_14566](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/14566/e48d96838e21adf7eca12054e603e3b3/?srch=serenoa#msg_14566)

---

---

Subject: Re: Sägepalme wirkt laut Studie nicht. Weder für Prostata noch gegen Haarausfall

Posted by [yellow](#) on Mon, 20 Nov 2006 20:51:20 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Mon, 20 November 2006 16:08yellow schrieb am Son, 19 November 2006 22:57  
Auf diesen Webseiten wird aber zu 99% nicht nur dieses Mittel angepriesen, sondern auch verkauft.

es geht gar nicht um die seite selbst sondern und die verweise...und die meisten sind ja von pubmed....

Naja, sehen wir uns so eine Seite dochmal an:

<http://www.capiplus.de/haarausfall-mann.htm>

Dort wird folgendes behauptet:

"Dank verschiedener, von mehreren wissenschaftlichen Fachzeitschriften durchgeführter Untersuchungen unter insgesamt mehreren Tausend Versuchspersonen wurde die Wirkung von Capiplus als natürlicher DHT-Blocker bewiesen. Bei den neuesten (Doppelblind-)Versuchen konnten eine signifikante Verringerung oder sogar ein Stillstand des Haarausfalls und sichtbarer, neuer Haarwuchs festgestellt werden. Dies wurde sowohl objektiv (Haarzählung) als auch subjektiv (Beobachtung) wahrgenommen. Resultate vergleich finden sie hier."

Diese Produkt enthält mehrere Inhaltsstoffe, an erster Stelle wird jedoch die Sägepalme genannt.

Aber es geht noch weiter:

"Capiplus contra Finasteride

- Capiplus bekämpft beide Typen des Enzyms 5-alpha-Reduktase, während Finasterid nur gegen einen der beiden Typen wirkt.
- Capiplus hat im Gegensatz zu Finasterid und Dutasterid keine Nebenwirkungen. Damit ist Capiplus das am besten geeignete Mittel gegen Haarausfall."

Die Studien, die das begründen sollen, finden sich auch auf dieser Seite:

<http://www.capiplus.de/studien-mann.htm>

Alles Studien, die man auch in PubMed findet, aber keine Einzige, die etwas mit dem Produkt Capiplus zu tun hätte.

Vor jeder Studie steht "Hair Loss Study Abstract:". Keine einzige Studie, die dann folgt, hat aber

etwas mit Haarausfall zu tun. In allen geht es um die Prostata.

Und jetzt sehen wir uns die Studien inhaltlich an. Stellvertretend für das Vorgehen dieser Anbieter greife ich die letzte Studie heraus:

"Comparison of finasteride (Proscar), a 5 alpha reductase inhibitor, and various commercial plant extracts in in vitro and in vivo 5 alpha reductase inhibition."

Hier soll wohl gezeigt werden, dass die Sägepalme auch ein DHT Blocker wie Finasterid ist. Sieht man sich aber die Studie an (die übrigens von MSD, dem Hersteller von Finasterid ist), dann geht es um den IC-50 Wert. Also den Wert in ng/ml, der notwendig ist, um in vitro (Reagenzglas) 50% des Enzyms 5-alpha Reduktase zu blockieren.

Dieser Wert liegt für Finasterid laut dieser Studie bei 1, für Permixon (Bestandteil der Sägepalme) bei 5600. Vereinfacht gesagt ist Fin ein 5600 mal stärkerer DHT Blocker als Permixon, oder anders ausgedrückt: Man muss wohl eine ganze Sägepalmenplantage abrasen, um den Finasterideffekt zu erreichen.

Also entweder sind diese Verkäufer zu blöd, die Studien, die sie erwähnen zu verstehen, oder sie verarschen ihre Kunden!

Zitat:

nein sägepalme senkt kein dht...das ist richtig...habe ich schon seit monate gesagt...aber zumindest für prostata wirkt es auf welchem mechanismus auch immer.....was es aber nicht automatisch heist....dass es für AGA überhaupt etwas bringt...

Ja, ob es für die Haare was bringt ist die Frage. Und da die Sägepalme ihren "Siegeszug" als Haartherapeutikum mit der Behauptung, ein natürlicher DHT Hemmer zu sein, begonnen hat, bin ich sehr skeptisch, wenn man im nachhinein nach weiteren Wirkmechanismen sucht, ohne dass die Wirkung selbst hinreichend belegt werden kann.

Zitat:

ich meine werde wohl nicht hunderte von studien schrott sein.... ...und die eine aussage es wirkt nicht 100% richtig....

Es geht hier ja um Haarausfall, insofern kann es uns auch eigentlich egal sein, ob es auf die Prostata wirkt.

Laut deinem Link gibt es drei placebokontrollierte Studien, zwei davon mit sehr geringer Probandenzahl, eine mit 110 Teilnehmern, vor über 20 Jahren durchgeführt.

Dem Autor der jetzt neu durchgeführten Studie wurde vorgeworfen, er hätte eine zu geringe Dosis Sägepalme verwendet. Er hat daraufhin argumentiert, er wollte genau die gleiche Dosis nehmen, mit welcher die alten Studien durchgeführt wurden. Zudem wollte er die methodischen Mängel der alten Studien in seiner vermeiden.

Seine Teilnehmeranzahl war mit über 200 auch recht hoch. Die Studie erschien in dem neben dem Lancet renommiertesten medizinischen Journal. Hat also durchaus Gewicht.

Es sollen wohl noch weitere Studien derzeit laufen.

Es gibt also widersprüchliche Studien zur Wirksamkeit der Sägepalme. Bewiesen ist letztlich nichts, sonst würde nicht weiter geforscht. Es gibt aber auch gute Argumente, der Sägepalme

selbst als Prostatamedikament kritisch gegenüber zu stehen.

Gruß  
yellow

---