

Neue Doppelblind-Studie bestätigt die Wirkung von Granatapfel gegen Prostatakrebs

Prostatakrebs ist mit 25% aller auftretenden Tumore die häufigste Krebsart bei Männern in Deutschland – vor Darm- und Lungenkrebs. Das Prostatakarzinom ist meistens ein typisches, langsam wachsendes Alterskarzinom. Daher ist es besonders wichtig, die Zeit zur Metastasierung zu verlängern, damit der Patient möglichst lange eine hohe Lebensqualität genießt und nicht an seinem Prostatakrebs, sondern mit seinem Prostatakrebs verstirbt. Hier bieten Lifestylemaßnahmen, wie regelmäßiger, am besten auch intensive Bewegung und Ernährungsmaßnahmen einen vielversprechenden Ansatz.

Nicht nur Betroffene mit «low risk» Karzinomen, die sich für «active surveillance» (aktives Beobachten) entschieden haben, sondern auch Männer mit PSA-Rezidiven nach Primärtherapie wünschen häufig ihren Gesundheitszustand aktiv durch Veränderungen ihrer Lebens- und Ernährungsweise zu verbessern.

Klinische Studien belegen Verlängerung der PSA-Verdoppelungszeit nach PSA-Rezidiv

Auf dem Krebskongress der American Society of Clinical Oncology (ASCO) wurden im Juni 2011 die Ergebnisse einer aktuellen Studie von Paller et al. (1) vorgestellt, die die Wirksamkeit von Granatapfel-Antioxidantien bei Prostatakrebs belegt. In der doppelblinden randomisierten Studie wurde 104 Prostatakrebspatienten nach erfolgloser Primärtherapie (PSA-Rezidiv) Granatapfel-Extrakt verabreicht und der PSA-Verdopplungszeitraum beobachtet. Die PSA-Verdoppelungszeit wird immer häufiger als wichtiger Surrogat-Biomarker für die Mortalität beim Prostatakarzinom nach Operation oder Bestrahlung angesehen. Je langsamer der PSA-Wert (Prostata-spezifisches Antigen) ansteigt, desto länger ist in der Regel die Lebenserwartung. In der Studie hatten die Teilnehmer im Schnitt ein Alter von 74,5 Jahren und einen Prostatakrebs von mittlerer Aggressivität mit Gleason-Score 7.

Schon durch die tägliche Aufnahme von Granatapfel-Extrakt über 6 Monate verlängerte sich die mittlere PSA-Verdopplungszeit von 11,9 auf 18,5 Monate. Bei 43 % der Studienteilnehmer konnte diese Zeitspanne im Vergleich zum Ausgangswert am Beginn der Studie sogar verdoppelt werden, bei 13% wurden fallende PSA-Werte festgestellt. Signifikante Veränderungen der Testosteronwerte gab es nicht. Metastasen traten bei keinem Teilnehmer auf. Als einzige Nebenwirkung berichteten 8 % der Teilnehmer über milde bis mittlere Diarrhö. Zwischen der Einnahme von Granatapfel-Extrakt mit täglich ca. 600 mg Gesamtphenole (nach Folin-Ciocalteu als Gallussäure-Äquivalent) und der dreifachen Menge ergab sich kein signifikanter Unterschied in der Wirkung. Im dem von der Universität Hohenheim durchgeführten Test hatte GranaProstan (Dr. Jacob's Medical) von den in Deutschland erhältlichen und getesteten Granatapfel-Extrakten den höchsten Gehalt an Punicalagin A und B, das beste Preis-Polyphenol- und das beste Preis-Punicalagin-Verhältnis.

Bereits 2009 erzielten Pantuck et al. (2, 3) in ihrer Studie eine Verlängerung der PSA-Verdopplungszeit von durchschnittlich 15,4 auf 60 Monate. Die Prostatakrebs-Patienten nahmen nach einer erfolglosen schulmedizinischen Primärtherapie täglich 570 mg Granatapfel-Polyphenole (als Saft aus Konzentrat) ein.

Allgemeine Gesundheitseffekte durch Granatapfel

Der Granatapfel ist ein Multi-Talent. In den letzten Jahren wurde in Hunderten von präklinischen und 16 klinischen Studien gezeigt, dass Granatapfel-Polyphenole vor oxidativem Stress, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, hohem Blutdruck, Demenz und überschießenden Entzündungsreaktionen schützen können. Der auch für Diabetiker gesunde Saft verbesserte deutlich die Durchblutung des Herzmuskels bei Patienten mit koronarer Herzkrankheit und reduzierte Ablagerungen und Verkalkungen in der Halsschlagader. Er soll Magengeschwüre, Entzündungsprozesse und Gelenksbeschwerden bei Arthritis lindern, Alterungsprozessen entgegen wirken, die Entwicklung von Alzheimer-Demenz hemmen sowie Erektionsstörungen im Alter verringern.

Granatapfel-Produkte im Test

Bei der Wahl des Granatapfel-Produktes ist jedoch Vorsicht geboten, da sich die verschiedenen Produkte auf dem Markt stark im Gehalt und der Zusammensetzung der wirksamen Polyphenole unterscheiden. Um dem Verbraucher Klarheit über die Granatapfel-Produkte zu verschaffen, hat die Universität Hohenheim im Auftrag des Verbands für ganzheitliche Gesundheitsberatung e.V. einen der bisher größten Granatapfel-Produkttests in Deutschland durchgeführt.

Die Universität Hohenheim untersuchte den Gehalt und die Zusammensetzung der Wirkstoffe (Polyphenole, Punicalagin) in den unterschiedlichen Produkten. Außerdem wurden Preis-Wirkstoff-Verhältnis, Geschmack und Farbe beachtet. Im Vergleich schnitten die Produkte der deutschen Hersteller deutlich besser ab als die aus anderen europäischen Ländern.