

بهبود هایپرپلازی خوش خیم پروستات بهبود اختلالات دفع ادرار تقویت باروری طبیعی

هایپرپلازی خوش خیم پروستات یا BPH (Benign Prostatic Hyperplasia) یک بیماری مزمن و شایع وابسته به سن در مردان است که از رشد بیش از حد غده پروستات ناشی می شود. تعداد زیادی از مردان بالای ۵۰ سال درگیر این بیماری بوده و با اختلالاتی همچون کاهش جریان ادرار، تکرر ادرار، شب ادراری، فوریت در دفع ادرار، تخلیه ناقص مثانه و همچنین دفع ادرار همراه با درد روبرو هستند. استراتژی های مختلف درمانی برای علائم BPH بسته به شدت علائم وجود دارد که شامل تغییر سبک زندگی، درمان های دارویی و جراحی است که منجر به تسکین علائم و بهبود کیفیت زندگی بیماران می شود. در حوزه درمان های دارویی، داروها با تأثیر بر روی ماهیچه صاف مجاری ادراری و رفع انسداد آن، موجب کاهش حجم غده پروستات و درمان علائم این بیماری می شوند. با توجه به بروز عوارض جانبی در استفاده طولانی مدت از داروهای شیمیایی از جمله کاهش میل جنسی، افت فشار خون وضعیتی، سرگیجه و سر درد، تلاش برای بهبود این بیماری و درمان آن با داروی اثربخش و ایمن طبیعی اهمیت خاصی دارد. کپسول پروستاتن، فرموله شده توسط متخصصان شرکت دارویی زردبند، حاوی مواد موثره *Cucurbita pepo* و *Palm Pollen*، ویتامین ها و مواد معدنی و ترکیبات آنتی اکسیدان، محصولی اثربخش برای بهبود BPH و مشکلات ادراری ناشی از آن است.

ترکیبات

روغن طبیعی *Cucurbita pepo*، عصاره *Date Palm Pollen*، ویتامین C، ویتامین E، زینک المنتال، سلنیوم المنتال، لسیتین سویا، روغن سویا، موم زنبور عسل، ژلاتین، گلیسرول، رنگ کارامل، اتیل وانیلین. محصول استاندارد شده بر اساس حداقل ۲۴۰ میلی گرم لینولئیک اسید در هر کپسول

مقدار و نحوه مصرف

روزانه ۲ کپسول هنگام صبحانه، با یک لیوان آب میل کنید.

موارد منع مصرف

افراد دارای سابقه حساسیت به داروهای گیاهی، از مصرف این کپسول اجتناب کنند.

احتیاطات و هشدارها

کپسول را با آب کافی بلعیده و از جویدن آن خودداری کنید. چنانچه هر داروی دیگری مصرف میکنید، قبل از مصرف این کپسول با پزشک یا داروساز مشورت کنید. این کپسول حاوی سلنیوم است و در طول دوره درمان، مصرف دیگر مکمل های حاوی سلنیوم توصیه نمی شود. دوره مصرف این کپسول، ۲ ماه بوده و پس از آن میتواند با دستور پزشک ادامه یابد.

پیش از مصرف، بروشور محصول را از قسمت مشخص شده در روی جعبه، دالود و مطالعه کنید. دور از دسترس کودکان نگهداری کنید.

شرایط نگهداری

در جای خشک، در دمای محیط (زیر ۲۵ درجه سانتی گراد) و برای محافظت از تابش نور، در جعبه محصول نگهداری کنید.

مکانیسم اثر

هایپرپلازی خوش خیم پروستات (Benign prostatic hyperplasia) از بزرگ شدن پیشرونده غده پروستات به دلیل تکثیر غیر بدخیم سلول های پروستات ناشی می شود. یکی از هورمون های بدن انسان دی هیدروتستوسترون (DHT) است که فرم فعال تستوسترون بوده و نقش مهمی در عملکرد غده پروستات دارد. DHT از تأثیر آنزیم 5α -Reductase بر تستوسترون ایجاد شده و با اتصال به گیرنده هورمون های آندروژنی موجود در بافت پروستات، موجب تحریک و رشد غده پروستات می شود. مهار آنزیم 5α -Reductase و همچنین مسدود کردن گیرنده های هورمونی دو راهکار اساسی برای درمان BPH هستند.

یکی از ترکیبات کپسول پروستاتن روغن *Cucurbita pepo* است که منبعی غنی از اسیدهای چرب، توکوفرول ها، فیتواسترول ها، کاروتنوئیدها، کومارین ها، ترکیبات فنلی، پروتئین ها و اسیدهای آمینه بوده و همچنین حاوی منیزیم، پتاسیم، فسفر و سایر مواد معدنی جزئی مانند روی، منگنز، آهن، کلسیم، سدیم و مس است.

روغن *Cucurbita pepo* می تواند با مکانیسم های مختلفی در بهبود BPH مؤثر باشد. این مکانیسم ها شامل اثرات مهاری بر 5α -Reductase، اثرات ضد التهابی و توانایی حذف رادیکال های آزاد است. اثرات ریلکس کنندگی این ماده موثره بر روی اسفنکتر خروجی مثانه نیز، از دیگر مکانیسم هایی است که به بیماران دارای مشکلات ادراری کمک می کند (۳). مطالعات نشان داده اند که فیتواسترول های موجود در روغن *Cucurbita pepo*، با عملکرد دی هیدروتستوسترون تداخل می کنند. بنابراین، اثربخشی آن در BPH ممکن است نتیجه تأثیر مستقیم بر اندازه غده پروستات و در نتیجه بهبود عملکرد مجاری ادراری باشد.

از طرف دیگر بیان بیش از حد فاکتورهای التهابی مانند سایتوکاین ها، لکوترین ها، نیتریک اکسید سنتاز، NF-kB و سیکلو اکسیژناز-۲ در ایجاد پروستاتیت نقش دارند. مواد موثره کپسول پروستاتن به دلیل دارا بودن اثرات ضدالتهابی همراه با اثر آنتی اکسیدان، می تواند به مهار التهاب در غده پروستات کمک کند.

یکی دیگر از عوارض ناشی از هایپرپلازی خوش خیم پروستات، کاهش میل جنسی، اختلال در رابطه جنسی و کاهش قدرت باروری در مردان است که وجود بیش از حد رادیکال های آزاد اکسیژن (ROS (Reactive Oxygen Species) در بروز آن ها نقش دارد.

سیستم آنتی اکسیدانی محافظ در مایع منی از آنزیم ها و همچنین مواد غیر آنزیمی تشکیل شده است که برای محافظت در برابر ROS با یکدیگر تعامل دارند، اما در شرایط BPH و التهاب پروستات، این سیستم، عملکرد خود را به درستی انجام نمی دهد و باعث افزایش رادیکال های آزاد می شود. و در نتیجه، استرس اکسیداتیو ناشی از ROS باعث اختلال در ساختار طبیعی، تعداد، رشد، تحرک و عملکرد اسپرم می شود.

کپسول پروستاتن به سبب اثر سینرژیستیک ترکیبات آنتی اکسیدانی از جمله ویتامین C، ویتامین E، زینک و سلنیوم نقش مهمی در افزایش فعالیت اسپرم ها، بهبود باروری و بهبود BPH خواهد داشت (۵).

زینک موجود در کپسول پروستاتن در عملکرد طبیعی پروستات و اجتناب از بیماری آن نقش مهمی ایفا می کند. مطالعات نشان می دهند که تعداد کل اسپرم طبیعی، حجم اسپرم و درصد تحرک پیشرونده اسپرم پس از درمان با مکمل زینک افزایش می یابد.

عصاره Date Palm Pollen یکی دیگر از مواد مؤثره کپسول پروستاتان است که حاوی اجزای مختلفی از جمله اسیدهای آمینه، اسیدهای چرب، فلاونوئیدها، ساپونین‌ها و استرول‌هاست. بررسی‌های مختلف نشان می‌دهد مواد مؤثره گرده نخل می‌تواند میل جنسی و همچنین تعداد، تحرک و کیفیت اسپرم را افزایش دهد و در نتیجه اثرات قابل توجهی بر باروری مردان داشته باشد.

مطالعات انجام شده

در یک کارآزمایی بالینی تصادفی‌سازی شده یک‌سوکور که به مدت ۳۰ ماه انجام شد، ۷۳ بیمار مبتلا به BPH مورد بررسی قرار گرفتند. گروه اول ۰.۴ میلی گرم تامسولوسین و گروه دوم ۳۶۰ میلی گرم روغن دانه کدو دریافت کردند. نتایج نشان داد هر دو گروه بهبود معناداری در IPSS و کیفیت زندگی داشتند و نکته قابل توجه عدم وجود عوارض جانبی در گروه دریافت کننده روغن دانه کدو بود.^۱

همچنین یک کارآزمایی بالینی تصادفی‌سازی شده دوسوکور فاز دوم روی ۵۷ مرد ۴۰ تا ۸۰ ساله انجام شد. بیماران به دو گروه دریافت کننده داروی گیاهی (ترکیبی از دانه کدو، نخل اره‌ای و سایر گیاهان) و دارونما تقسیم شدند. پس از ۳ ماه درمان، گروه دریافت کننده داروی گیاهی کاهش قابل توجهی در نمره IPSS نشان دادند (۸٪ بیشتر از گروه دارونما) و بهبود قابل ملاحظه‌ای در علائم ادراری و کیفیت زندگی مشاهده شد.^۲

در کارآزمایی بالینی ۱۲ ماهه دوسوکور که روی ۴۷ بیمار انجام شد، اثرات چهار رژیم درمانی مختلف (دارونما، روغن دانه کدو، روغن نخل اره‌ای و ترکیب این دو) مقایسه شد. نتایج حاکی از بهبود بیشتر نمره IPSS و کیفیت زندگی در گروه‌های دریافت کننده ترکیبات گیاهی نسبت به دارونما بود. تمامی ترکیبات گیاهی مورد مطالعه ایمنی قابل قبولی نشان دادند.^۳

پژوهش ۶ ماهه‌ای روی ۹۲ بیمار انجام شد و اثرات روغن دانه کدو همراه با ویتامین E را با پروزاسین مقایسه کرد. یافته‌ها نشان داد هر دو رژیم درمانی بهبود مشابهی در نمره IPSS و کیفیت زندگی ایجاد می‌کنند، با این تفاوت که گروه دریافت کننده روغن دانه کدو عوارض جانبی کمتری تجربه کردند.^۴

در کارآزمایی بالینی گسترده‌ای که ۱۴۳۱ مرد را به مدت ۱۲ ماه تحت نظر گرفت، اثرات مصرف دانه کدو به دو شکل (۵ گرم دانه کامل و ۵۰۰ میلی گرم عصاره) بررسی شد. نتایج حاکی از کاهش بالینی معنادار نمره IPSS و بهبود کیفیت زندگی در هر دو گروه بود، به ویژه در زمینه کاهش دفعات شب‌ادراری.^۵

در یک مطالعه غیرمداخله‌ای ۲۴ ماهه که روی ۱۳۰ مرد مبتلا به BPH انجام شد، بیماران تحت درمان با عصاره نرم دانه کدو قرار گرفتند و بهبود پایدار در علائم ادراری و کیفیت زندگی بدون تأثیر منفی بر عملکرد جنسی مشاهده شد.^۶

در پژوهش دیگری که ۲۲۴۵ بیمار را به مدت ۱۲ هفته تحت نظر گرفت، مصرف عصاره دانه کدو منجر به کاهش ۴۱.۴٪ در نمره IPSS و بهبود ۴۶.۱٪ در کیفیت زندگی شد. میزان عوارض جانبی گزارش شده کمتر از ۴٪ بود.^۷

در یک کارآزمایی بالینی که روی ۲۵ مرد نابارور انجام شد، مصرف روزانه ۵۰۰ میلی گرم کپسول گرده خرما به مدت ۳ ماه منجر به افزایش معنی‌دار سطح هورمون‌های LH، FSH و تستوسترون شد. همچنین بهبود قابل توجهی در تعداد و تحرک اسپرم‌ها مشاهده گردید. دو مورد بارداری در همسران بیماران طی دوره درمان گزارش شد.^۸

پژوهش دیگری بر روی ۲۵ مرد نابارور در کرکوک انجام شد. بیماران به مدت ۳ ماه ترکیب گرده خرما (۵۰۰ میلی گرم) و زینک سولفات (۱۰۰ میلی گرم) را روزانه دریافت کردند. نتایج نشان دهنده افزایش معنی‌دار در پارامترهای اسپرم، میل جنسی و میزان آمیزش جنسی بود. سطح هورمون‌های جنسی نیز بهبود یافت.^۹

در یک کارآزمایی بالینی تصادفی‌سازی شده که روی ۸۰ مرد ۲۰ تا ۳۵ ساله انجام شد، اثرات گرده خرما (۶ گرم روزانه) با پنتوکسی‌فیلین (۴۰۰ میلی گرم روزانه) مقایسه شد. پس از ۹۰ روز، گروه دریافت کننده گرده خرما بهبود بیشتری در غلظت ($P=0.016$)، مورفولوژی ($P=0.029$)، تعداد ($P=0.012$) و تحرک اسپرم ($P=0.016$) نشان دادند. کاهش معنی‌داری در اسپرم‌های بی‌حرکت نیز مشاهده شد ($P=0.014$).^{۱۰}

تمامی مطالعات مورد بررسی نشان‌دهنده اثربخشی قابل توجه ترکیبات گیاهی (به ویژه روغن دانه کدو و گرده خرما) در درمان BPH و ناباروری مردان هستند. مهم‌ترین مزیت این ترکیبات، پروفایل ایمنی بهتر و عوارض جانبی کمتر در مقایسه با داروهای شیمیایی است. تفاوت‌های جزئی در پروتکل‌های مطالعاتی و جمعیت‌های مورد بررسی، نتایج متنوع اما عموماً همسویی را به دست داده‌اند.

1. Zerafatjou N, Amirzargar M, Biglarkhani M, Shobeirian F, Zoghi G. Pumpkin seed oil (Cucurbita pepo) versus tamsulosin for benign prostatic hyperplasia symptom relief: a single-blind randomized clinical trial. BMC urology. 2021 Dec;21:1-7.
2. Coulson S, Rao A, Beck SL, Steels E, Gramotnev H, Vitetta L. A phase II randomised double-blind placebo-controlled clinical trial investigating the efficacy and safety of ProstateEZE Max: a herbal medicine preparation for the management of symptoms of benign prostatic hypertrophy. Complementary therapies in medicine. 2013 Jun 1;21(3):172-9.
3. Hong H, Kim CS, Maeng S. Effects of pumpkin seed oil and saw palmetto oil in Korean men with symptomatic benign prostatic hyperplasia. Nutrition research and practice. 2009 Dec 1;3(4):323-7.
4. Shirvan MK, Mahboob MR, Masumina M, Mohammadi S. Pumpkin seed oil (prostatif) or prazosin? Which one is better in the treatment of symptomatic benign prostatic hyperplasia. JPMA. The Journal of the Pakistan Medical Association. 2014;64(6):683-5.
5. Vahlensieck W, Theurer C, Pfitzer E, Patz B, Banik N, Engelmann U. Effects of pumpkin seed in men with lower urinary tract symptoms due to benign prostatic hyperplasia in the one-year, randomized, placebo-controlled GRANU study. Urologia internationalis. 2015 Apr 14;94(3):286-95.
6. Theil G, Richter M, Schulze M, Köttig T, Patz B, Heim S, Krauß Y, Markov M, Fornara P. Extract from Cucurbita pepo improves BPH symptoms without affecting sexual function: A 24-month noninterventional study. World Journal of Urology. 2022 Jul;40(7):1769-75.
7. Friederich M, Theurer C, Schiebel-Schlösser G. Prosta Fink Forte capsules in the treatment of benign prostatic hyperplasia. Multicentric surveillance study in 2245 patients. Forschende Komplementärmedizin und klassische Naturheilkunde= Research in complementary and natural classical medicine. 2000 Aug 1;7(4):200-4.
8. Al-Snafi AE, Marbut MM. The probable therapeutic effects of date palm pollen in the treatment of male infertility. Tikrit Journal of Pharmaceutical Sciences. 2005;1(1):30-5.
9. Marbeem MI, Marbut MM, Bahaalkdean EF, Al-Sanafi AE. The effect of date palm pollen & zinc sulphate in the treatment of human male infertility. Tikrit Journal of Pharmaceutical Sciences. 2006;2(1):31-4.
10. Mirzaei M, Asbagh FA, Safavi M, Yekaninejad MS, Rahimi R, Pourmand G, Karimi M, Farshbaf-Khalili A, Sarrafi S. Phoenix dactylifera L. pollen versus pentoxifylline on improvement of sperm parameters in idiopathic male infertility: A randomized clinical trial. Journal of Ethnopharmacology. 2024 Aug 10;330:118168.