

# SERENOA PLAZIVÁ

---

*Serenoa repens,*  
*sabal serrulata*

---

Serenoa plazivá

Další jména:  
saw palmetto



## ÚČINNÉ LÁTKY

Mastné kyseliny, fytosteroly.



## ÚČINKY

Inhibuje enzym 5-alfyreduktázu, který je zodpovědný za přeměnu testosteronu na dihydrotestosteron, ale i dalšími mechanismy brání zvětšování prostaty. Protizánětlivý účinek, proti křečím, proti růstu nádorů.



## POUŽITÍ

Zvětšená prostata (benigní hyperplazie prostaty, účinky srovnatelné s tamsulosinem), plešatění (způsobené mužskými pohlavními hormony), zánět prostaty. Tradičně impotence, mužská neplodnost, afrodisiakum.



## BEZPEČNOST

Mezi nežádoucí účinky patří nevolnost, zácpa, bolest břicha a průjem. Velmi bezpečná rostlina. Nesmí se užívat při radioterapii rakoviny prostaty. Opatrnost s warfarinem (hlášeno pár případů interakce a zvýšené krvácivosti). V těhotenství se nepoužívá (kategorie B2 dle FDA). Při kojení je možné užívat.



## ZPŮSOB POUŽITÍ A DÁVKOVÁNÍ

Sušený plod: 1,5-3 g denně jako odvar. Tekutý extrakt (1:1): 1,8-4,5 ml denně. Tekutý extrakt (1:2): 2-4,5 ml/denně. Liposterol extrakt: 320-960 mg.

## Zdroje:

TRIVISONNO, Leonel Fabrizio, et al. Serenoa repens for the treatment of lower urinary tract symptoms due to benign prostatic enlargement: A systematic review and meta-analysis. *Investigative and clinical urology*, 2021, 62.5: 520.

CAI, Tong, et al. Comparison of Serenoa repens with tamsulosin in the treatment of benign prostatic hyperplasia: a systematic review and meta-analysis. *American Journal of Men's Health*, 2020, 14.2: 1557988320905407.

CRESCIOLI, Giada, et al. Suspected adverse reactions to medications and food supplements containing Serenoa repens: A worldwide analysis of pharmacovigilance and phytovigilance spontaneous reports. *Phytotherapy Research*, 2023, 37.11: 5289-5299.

FRANCO, Juan Víctor Ariel, et al. Serenoa repens for the Treatment of Lower Urinary Tract Symptoms Due to Benign Prostatic Enlargement: An Updated Cochrane Review. *The World Journal of Men's Health*, 2024, 42.

Ye Z, Huang J, Zhou L, Chen S, Wang Z, Ma L, Wang D, Wang G, Wang S, Liang C, Qiu S, Gu X, Liu J, Weng Z, Wu C, Wei Q, Xie L, Wu W, Cheng Y, Hu J, Wang Z, Zeng X. Efficacy and Safety of Serenoa repens Extract Among Patients with Benign Prostatic Hyperplasia in China: A Multicenter, Randomized, Double-blind, Placebo-controlled Trial. *Urology*. 2019 Jul;129:172-179.

ANTONIOU, Vaki, et al. Role of Phytotherapy in the Management of BPH: A Summary of the Literature. *Journal of Clinical Medicine*, 2023, 12.5: 1899.

ALCARAZ, Antonio, et al. Efficacy and tolerability of the hexanic extract of Serenoa repens compared to tamsulosin in moderate-severe LUTS-BPH patients. *Scientific Reports*, 2021, 11.1: 19401.