

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 55 (1998)  
**Heft:** 9: Pilze : verblüffend gesund

**Artikel:** Natürliche Behandlung von Prostatabeschwerden  
**Autor:** Allemann, Dorothea  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-558366>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

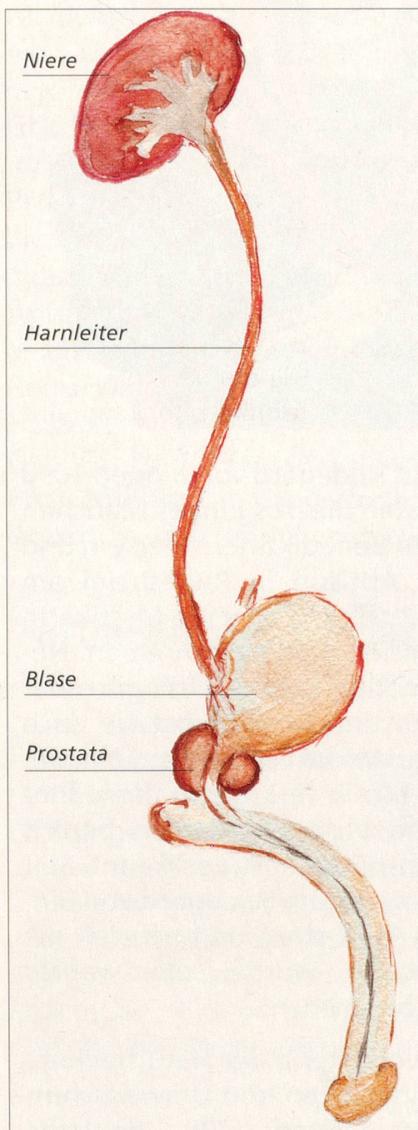
#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Natürliche Behandlung von Prostatabeschwerden



Die Prostata schliesst sich wie ein Kragen um die Harnröhre – Querschnitt durch den Urogenitalbereich.

Gefragt, warum sie Urologin wurde, antwortete Frau Dr. med. Dorothea Allemann: «Weil ich nichts anderes vorhatte – und das seit genau 25 Jahren auch nicht habe.» Die Fachärztin für Urologie und Naturheilverfahren gehört zu den wenigen Frauen, die sich der Behandlung von klassischen Männerleiden widmen. GN-Redaktor Clemens Umbrecht hat die engagierte Ärztin über Prostatabeschwerden und natürliche Therapieformen befragt.

**GN:** Was ist die Prostata für ein Organ, wo liegt sie und welche Aufgaben führt sie im männlichen Körper aus?

**Dr. med. D. Allemann:** Die Prostata ist ein Geschlechtsorgan, das bei den jungen Männern erst mit der Pubertät anfängt zu wachsen. Es liegt unterhalb der Blase und umschliesst die Harnröhre wie ein Kragen. Die Aufgabe der normalerweise etwa kastaniengroßen Prostata ist die Produktion von Prostatasekret, das als Transportmedium für die Spermien wichtig ist. Außerdem produziert sie das prostatasensible Antigen (PSA), das dafür verantwortlich ist, dass die Spermien sich schnell bewegen und in die Eizelle eindringen können.

**GN:** Was ist gemeint, wenn man von einer Prostatavergrösserung oder, wie es im Fachausdruck heisst, von einer benignen Prostatahyperplasie (BPH), spricht?

**Dr. med. D. Allemann:** Die Prostata ist ein gemischtes Organ. Es besteht aus Drüsen und aus Muskeln. Bei der Prostatavergrösserung kann nun sowohl eine Drüsenvergrösserung als auch eine muskuläre Vergrösserung vorliegen. Dies ist allerdings altersabhängig, das heisst, der ältere Mann hat eher eine muskuläre Vergrösserung, der relativ jüngere Mann eher eine Drüsenvergrösserung.

**GN:** Weiss man etwas über die Ursachen dieser Vergrösserungen?

**Dr. med. D. Allemann:** Man weiss, dass die Prostatavergrösserung hormonell gesteuert wird, aber viel mehr weiss man nicht. Es wird vermutet, dass die BPH mit der Frequenz der sexuellen Aktivität etwas zu tun haben könnte. Wissenschaftlich belegt ist das aber nicht.

**GN:** Spielt daneben nicht auch die Lebensweise eine Rolle? Die sportlichen Aktivitäten zum Beispiel oder die Ernährung?

**Dr. med. D. Allemann:** Man kann durch eine natürliche Lebensweise, regelmässig Sport, gesunde Ernährung usw. gegen Prostataentzündungen (Prostatitis) vorbeugen. Aber leider gibt es gegen die gutartige Prostatavergrösserung keine wirksame Vorbeugung.

**GN:** Wer ist primär von Prostatavergrösserungen betroffen?

**Dr. med. D. Allemann:** Als sogenannter Risikofaktor muss man in erster Linie die genetische Ursache anführen. Prostatavergrösserungen treten erfahrungsgemäss familiär gehäuft auf. Man weiss darüber hinaus aber, dass ab dem 70. Altersjahr fast 80 Prozent aller Männer betroffen sind. Das Wachstum der Prostata kann aber schon mit dem 40. Lebensjahr oder noch früher einsetzen.

**GN:** *Gibt es wirklich nichts, das man vorbeugend tun kann, gerade wenn man weiss, dass BPHs in der Familie vorkommen?*

**Dr. med. D. Allemann:** Es ist sehr gut, wenn man Medikamente oder Präparate einnimmt, welche die Durchblutung der Prostata verbessern. Bekannt sind etwa die Kürbiskerne, die im Vorderen Orient sehr fleissig gegessen werden. Man kann präventiv durchaus auch Substanzen zu sich nehmen wie die Sabalfrucht. Die Früchte der im Süden Nordamerikas wachsenden Sägepalme mit dem lateinischen Namen Sabal serrulata unterdrücken die Proliferation der Prostatazellen, d.h. eine Neubildung des Gewebes wird hinausgezögert.

**GN:** *Welche Beschwerden macht die Prostatavergrösserung?*

**Dr. med. D. Allemann:** Das Wachstum der Prostata wird vom Patienten selbst nicht zwangsläufig erkannt. Es kommt darauf an, in welche Richtung die Vergrösserung der Prostata stattfindet. Wenn sich die Vergrösserung darmwärts entwickelt, kann der Patient eine relativ grosse Prostata haben, ohne dass er Beschwerden hat oder überhaupt etwas bemerkt. Wenn die Prostata aber in Richtung Harnröhre wächst, kommt es zu einer Verengung des Harnkanals und möglicherweise zu einem Anheben des Blasenbodens. Dadurch wird zunächst das Harnlösen erschwert. Wenn der Blasenboden angehoben ist, kann es zu Restharn-Bildungen kommen, und wenn dieser Prozess nicht aufgehalten wird, dann kann er weitere Kreise ziehen. Möglicherweise kann es sogar durch einen Harnleiterstau zu einer Stauung der Nieren kommen, und das ist dann alles andere als ungefährlich. All dies kann unter Umständen sehr lange unentdeckt bleiben, so lange, bis Herz-Kreislauf-Beschwerden auftreten oder unter Umständen ein gefährlich erhöhter Blutdruck.

**GN:** *Die Empfehlung ist klar: Prostatabeschwerden soll man frühzeitig behandeln. Nur: Wann ist das eigentlich, frühzeitig?*

**Dr. med. D. Allemann:** Frühzeitig heisst, sobald man die ersten Beeinträchtigungen der Lebensqualität feststellt, d.h. wenn man mehr als zweimal pro Nacht im Schlaf von drängendem Harndrang gestört wird und wenn man spürt, dass der Harnstrahl seine übliche Kraft verloren hat. Dann empfiehlt es sich, mit dem Arzt oder dem Apotheker oder Drogisten zu sprechen. Auch das Nachträufeln von Harn sollte den Mann veranlassen, an eine mögliche BPH zu denken. Zu diesem Zeitpunkt ist übrigens kein massiver Eingriff zu befürchten. Hier können konservative Massnahmen sehr gut helfen. Konservative Massnahmen heisst, dass man sich mehr Bewegung verschafft, wenn möglich nicht zuviel sitzende Tätigkeit ausübt, um einen venösen Blutstau zu vermeiden. Auch empfiehlt sich, natürliche Sabalpräparate wie z.B. Prostasan von A.Vogel einzunehmen.



Frau Dr. med. Dorothea Allemann ist Fachärztin und Leiterin der Urologie der Aeskulap-Klinik in Brunnen am Vierwaldstättersee.



Tonband-Kassetten mit einem Praxisgespräch mit Frau Dr. med. Dorothea Allemann «Prostata-Beschwerden natürlich behandeln» sind erhältlich für sFr. 5.-/DM 6.-/öS 40.- beim Verlag A. Vogel (Bestellkarte am Schluss des Heftes)



Neben pflanzlichen Präparaten und der Operation gilt die Wärmetherapie (Hyperthermie) als wirksames Mittel gegen die vergrösserte Prostata. Das Aquarell zeigt den in die Harnröhre eingebrachten Spezialkatheter und die Wirkung der Elektroden auf die Prostata.

Die beiden Aquarelle stammen von Frau Dr. med. Dorothea Allemann. Wir danken ihr herzlich für die Abdruckgenehmigung.

**GN:** Wenn man es versäumt, rechtzeitig zu handeln, wird man früher oder später um eine Operation nicht herumkommen. Wie geht so eine Operation – ein keineswegs kleiner Eingriff – vor sich?

**Dr. med. D. Allemann:** Es gibt die Möglichkeit, dass man die «kleine» Operation durchführt. Dabei wird ein Instrument durch die Harnröhre eingeführt, mit dem das Prostatagewebe, das die Harnröhre einengt, weggehobelt wird. Wenn dieser Zugang nicht möglich oder die Prostata zu gross ist, muss man den Bauchschnitt wählen, d.h. Bauch und Blase eröffnen und die Prostata als Ganzes ausschälen.

**GN:** Also sollte die Operation ...

**Dr. med. D. Allemann:** ... wenn möglich vermieden werden, das ist richtig, weil man damit rechnen muss, dass dann trotzdem irgendwann wieder neue Beschwerden auftreten können und das Prostatagewebe wieder nachwachsen kann. Darüber hinaus besteht natürlich auch die Gefahr, dass beim Operieren eine Verletzung des Schliessmuskels auftreten kann.

**GN:** Nun gibt es neben den natürlichen Mitteln und der Operation eine dritte Möglichkeit, die Hyperthermie (Wärmetherapie), mit der Sie gute Erfahrungen machen.

**Dr. med. D. Allemann:** Die Wärmetherapie wird mit einem Spezialkatheter durchgeführt, in den Elektronen integriert sind (s. Zeichnung). Man setzt eine Gegenelektrode grossflächig auf

das Gesäß, so dass man sicher ist, dass damit die Wärme radiär, d.h. ausstrahlend, durch die Prostata strömt, damit die ganze Vorsteherdrüse behandelt wird. Die Wärmetherapie kann in vielen Fällen die Operation ersetzen. Man sollte ihr, so meine ich, aufgrund ihrer sehr guten Wirksamkeit, etwas mehr Beachtung schenken, als man es bisher getan hat.

**GN:** Zurück zu den pflanzlichen Präparaten. Wie muss man sich deren Wirkung, insbesondere diejenige des Sabalpräparates vorstellen?

**Dr. med. D. Allemann:** Vom Sabalpräparat weiss man, dass es die Neubildung der Prostatazellen hemmt. Man muss sich vorstellen, dass auch in der Prostata immer wieder eine Gewebeneubildung stattfindet, so wie wir es von der Haut und anderen Organen kennen. Unter dem Einfluss der Sägepalmenfrüchte werden dann keine neuen Zellen mehr gebildet, so dass die Prostata laufend kleiner wird in dem Masse, als alte verbrauchte Zellen absterben. Man weiss auch, dass eine abschwellende Wirkung dazukommt. Auch von den Kürbiskernen und den Brennesselsamen weiss man Ähnliches. Ihre Wirkung ist allerdings etwas bescheidener als die der Sabalfrucht.

**GN:** Frau Dr. Allemann, wir danken Ihnen für das Gespräch. • CU