



Sabal

(*Serenoa repens* [W.Bartram] Small)

Sabal (*Serenoa repens* [W.Bartram] Small), palmiyegiller (*Arecaceae*) ailesindedir. Yaklaşık 2-3 metre boylanan bitki, ABD'nin güneydoğu yöresine endemik bir türdür. Yaprakları testere gibi dişli olduğundan, İngilizce'de "saw palmetto" adıyla bilinir. Taze ve kuru haliyle tüketilen sabal meyveleri, drog olarak kullanılır. Halk tıbbında, öksürük kesici olarak kayıtlıdır.

Sabal bitkisinin usaresi veya dekoksiyonu, 19. yüzyılın sonlarında Florida'da deri tabaklamak amacıyla kullanılmış; Almanya'ya da ihraç edilmiştir. 20. yüzyılın başlarında, sabal meyvesinin usaresinden hazırlanan sodalı içecek, Miami'de "metto" adıyla pazarlanıyordu. Bu ürün, ishal kesici olarak da kullanılmıştır. Aynı yıllarda sabal preparatları; nezle, kronik bronşit, akut kronik larinjit, astım, boğmaca gibi sağlık sorunları için de kullanılmaya başlandı. Üreme organlarında yenileşmeye yol açtığına dair bilgiler sebebiyle, afrodisyak olarak ve cinsel iktidarsızlık (impotens) sorununa çözüm olarak yararlanılıyordu.

Sabal monografı, ABD Farmakopesi (USP)'nde, 1905 yılın-

da yayımlandı. 1916 yılında da sabal meyvesi (Fructus sabal) ve sabal sıvı ekstresi (Fluid Extractum Sabal) monografı, ABD Farmakopesi'nde yayımlandı. Sabal ekstresi ve meyve tozu monografı, USP24-NF19'da gıda takviyesi olarak yer aldı. Sabal, sabal tozu, sabal ekstresi ve sabal kapsülleri, USP-NF2021'de gıda takviyesi monografı olarak belirtildi. USP monografına göre; sabal (*Serenoa repens* [W.Bartram] Small) (sin. *Serenoa serrulata* Schult., *Sabal serrulata* [Michx.] Nutt. ex Schult. & Schult. f) bitkisinin kısmen kurutulmuş olgun tohumlarından oluşur. % 2'den az uçucu yağ, % 7'den az lipofilik ekstre, % 9'dan az yağ asidi içermemelidir.

Sabal ekstresi, 5-alfa-redüktaz inhibitörü olarak, erkeklerde prostat kanseri ve prostat büyümesi (benin prostatik hiperplazi - BPH)'ne bağlı alt idrar yolları rahatsızlıklarında; kadın ve erkeklerde saç dökülmesi (androjenetik alopesi) ile ilgili sorunda etkin bulunmuştur.

Fransa ve Almanya'da, sabal ekstrelerinin BPH'da kullanımı resmen onaylanmıştır. Sabal ekstrelerinin BPH'da etkinliğine ilişkin, çok sayıda klinik çalışma (clinical trial) bulunmaktadır. Prostat büyümesinin tedavi edildiğine dair çok sayıda veri varken, prostat kanserinin iyileştirildiğine dair veri eksikliği mevcuttur.

1998'de Almanya, Fransa ve İtalya'da yapılan onsekiz klinik





çalışmayı irdeleyen Metaanaliz'e göre; onaltı çalışma çift-kör deneyler olup, test süreleri 4-48 hafta (ortalama dokuz hafta) arasında değişiyordu. Plasebo olasılığına karşı, sabal ekstresi verilen bireylerde; üriner sistem verilerinin düzeldiği, gece işemelerinin azaldığı, idrar volümünün arttığı gözlenir. 5-alfa-redüktaz inhibitörü Finasterid'e göre, sabal ekstresi verilen bireylerde de benzer etkiler görülür; erkeklik organının sertleşmemesi (erektil disfunction) gibi ters etkilerde ise % 90 azalma gözlenir. Bu verileri değerlendiren Metaanaliz yazarları, uzun süreli etkiler ve BPH'ya ilişkin komplikasyonlar konusunda daha çok çalışma yapılmasının gerektiği sonucuna varır.



Sabal'ın Avrupa Farmakope-si'nde iki monografi bulunmaktadır; sabal meyvesi (*Sabalıs serrulatae fructus*) ve sabal ekstresi (*Sabalıs serrulatae extractum*). Avrupa İlaç Ajansı (EMA) tarafından yayımlanan topluluk monografında; "Sabalıs serrulatae fructus" için, hem kanıta dayalı kullanım (well established use), hem de geleneksel kullanım (traditional use) bilgileri bulunmaktadır.

BPH ile ilgili yetişkinlere mahsus doz bilgileri şöyledir: Kanıta dayalı kullanım için; hekzan ile hazırlanmış yumuşak ekstre (DER 7-11:1), günde iki defa, 160 mg. Geleneksel kullanım için; % 90-96'lık etanol ile hazırlanmış yumuşak ekstre (DER 7,5-14,3:1), günde bir defa, 320 mg. Sabal ekstreleri, androjen ve östrojen hormonlarıyla etkileşebileceğinden, 12 yaş altındaki çocukların kullanımı önerilmez. Hamilelikte de kullanılmamalıdır. Lohusalıkta kullanımı ile ilgili veri olmamasına rağmen, kullanılmaması önerilir.

Sabal ekstreleri, serbest yağ asitleri (% 85) veya esterler (% 20 metiletil esterler ve % 5-6 trigliseritler)'den oluşan, kompleks karışımlardır. Başlıca serbest yağ asitleri; laurik (% 30), oleik (% 30),

miristik (% 10) ve palmitik (% 10) asitlerdir. Ayrıca; karbohidratlar (invert şeker, mannitol, galaktoz, arabinoz, uronik asit içeren yüksek molekül ağırlıklı polisakkaritler), flavonoidler, reçine, tanenler, triterpenler (% 1), yağ alkoller (% 0,8-1,1), uçucu bileşikler (% 1-2), poliprenoller, karotenoidler, tokoferoller, hidrokarbonlar ve beta-sitosterol ihtiva eder.

Sabal ekstreleri, antiöstrojenik etkisinden ötürü, doğum kontrol hapları ile etkileşebilir ve östrojen haplarının etkisini azaltabilir. Pıhtılaşmayı önleyici antikoagülan ve antiplatelet ilaçlar (örneğin Aspirin, Warfarin, NSAID'ler*) ile birlikte alındığında, kanama riskini artırabilir.

K. Hüsnu Can Başer

Prof. Dr; Yakın Doğu Üniversitesi,
Eczacılık Fakültesi

Fotoğraflar: wikimedia

* NSAID: Non-steroidal Antienflamatuvar İlaçlar; örneğin İbuprofen, Naproxen, Diclofenac, İndomethacin, yüksek dozda Aspirin

Bu yazıda belirtilen ifadeler, sadece bilgilendirme amaçlıdır; tavsiye niteliği taşımaz. Hastalıkta tedavinin, mutlaka doktor kontrolünde yapılması gerektiği unutulmamalıdır!..