

## Faktenblatt: Silymarin (Mariendistel)

August 2020

### Methode/Wirkstoff

Silymarin ist ein Extrakt aus der Mariendistel, welches aus verschiedenen sekundären Pflanzenstoffen besteht. Silymarin ist ein starkes Antioxidans und hat entzündungshemmende Eigenschaften.

Die Mariendistel wird in der Naturheilkunde als leberschützendes Präparat eingesetzt.

### Einfluss auf den Verlauf der Tumorerkrankung

Es gibt keine Hinweise, dass die Mariendistel einen Einfluss auf den Verlauf einer Krebserkrankung hat.

### Wirksamkeit bei Beschwerden

Ob die Mariendistel auch vor Nebenwirkungen von Krebsmedikamenten schützt, ist unklar. Eine Studie weist auf eine geringere Ausprägung und einen verzögerten Beginn des Hand-Fuß-Syndroms unter Capecitabine-haltiger Chemotherapie durch ein 1%iges Silymarinergänzung hin. Weitere Studien zeigen positive Effekte im Hinblick auf die Schädigungen durch Strahlentherapie.

In der Strahlentherapie im Kopf-Hals-Bereich wurden positive Effekte im Hinblick auf den Schweregrad und Beginn der Schleimhautentzündung unter der Gabe von Silymarin beschrieben.

## Wechselwirkungen

Silymarin hemmt Enzyme, die Medikamente verstoffwechseln. Ob das einen Einfluss auf Krebsmedikamente hat, ist unklar.

## Nebenwirkungen

Es sind kaum Nebenwirkungen bekannt, wenn die empfohlenen Dosierungen eingehalten werden.

Allerdings hat Extrakt aus Mariendistel eine leicht abführende Wirkung und kann zu Durchfällen führen.

Bei Frauen wurde auch eine Verstärkung der Monatsblutung beschrieben.

## Kontraindikationen

Es sind keine Kontraindikationen bekannt.

## Fazit

Es ist unklar, ob die Mariendistel vor Nebenwirkungen der Krebsmedikamente an der Leber schützen kann. Wenn sie bei einer Leberschädigung verwendet wird, müssen die Leberwerte engmaschig kontrolliert werden, um rechtzeitig bei einer Verschlechterung eine wirksame Therapie einzuleiten. Zur Vorbeugung eines Hand-Fuß-Syndroms unter Capecitabine-haltiger Chemotherapie könnte Silymarin eine interessante Option sein.