

## Faktenblatt: Silymarin (Mariendistel)

September 2024

### 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. Möglicherweise schützt die Mariendistel vor einer Leberschädigung durch Tumormedikamente.

In einigen Studien wurde eine Salbe oder Gel mit Mariendistelextrakt auf Haut oder Schleimhaut aufgebracht, um vor einer Entzündung durch eine Strahlentherapie zu schützen. Vielleicht kann Silymarin in dieser Form auch vor dem sog. Hand-Fuß-Syndrom durch das Tumormedikament Capecitabine schützen.

### 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.