



Studie: Ashwagandha gegen männliche Unfruchtbarkeit

Die Studie untersucht die Wirkung eines Wurzelextrakts von Ashwagandha (*Withania somnifera*) auf die spermatogene Aktivität bei Männern mit oligospermischer Unfruchtbarkeit. Es handelt sich um eine doppelblinde, randomisierte, placebokontrollierte Pilotstudie mit 46 Teilnehmern. Die Behandlungsgruppe erhielt 12 Wochen lang dreimal täglich 225 mg Ashwagandha-Wurzelextrakt, während die Kontrollgruppe ein Placebo einnahm. Die Studie zeigt, dass die Spermienkonzentration bei den mit Ashwagandha behandelten Männern um 167 % anstieg. Dies legt nahe, dass Ashwagandha bei der Verbesserung der Spermienqualität bei Männern mit Unfruchtbarkeit hilfreich sein könnte. Referenz Ambiye VR, Langade D, Dongre S, Aptikar P, Kulkarni M, Dongre A. Klinische Bewertung der spermatogenen Aktivität …



Die Studie untersucht die Wirkung eines Wurzelextrakts von Ashwagandha (*Withania somnifera*) auf die spermatogene Aktivität bei Männern mit oligospermischer Unfruchtbarkeit. Es handelt sich um eine doppelblinde, randomisierte, placebokontrollierte Pilotstudie mit 46 Teilnehmern. Die

standardisiert, um mindestens 5 % Withanolide zu enthalten.

Primäre Ergebnismaße

Eine Samenanalyse wurde durchgeführt, um Veränderungen der Spermienkonzentration, -motilität und -morphologie zu Beginn, nach 30 Behandlungstagen und erneut nach 90 Behandlungstagen zu beurteilen. Serumtestosteron und luteinisierendes Hormon (LH) wurden zu Studienbeginn und nach 90 Behandlungstagen bestimmt.

Beim Vergleich der Samenparameter zu Studienbeginn und nach der 90-tägigen Behandlungsphase stieg die durchschnittliche Spermienkonzentration an, was einem Anstieg der Spermienkonzentration um 167 % bei Männern entspricht, die mit der Ashwagandha-Wurzel behandelt wurden.

Wichtigste Erkenntnisse

Beim Vergleich der Samenparameter zu Studienbeginn und nach der 90-tägigen Behandlungsphase stieg die durchschnittliche Spermienkonzentration von $9,6 + 4,4 \times 10^6/\text{ml}$ auf $25,6 + 8,6 \times 10^6/\text{ml}$, was einem Wert von 167 % entspricht (*P*

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki