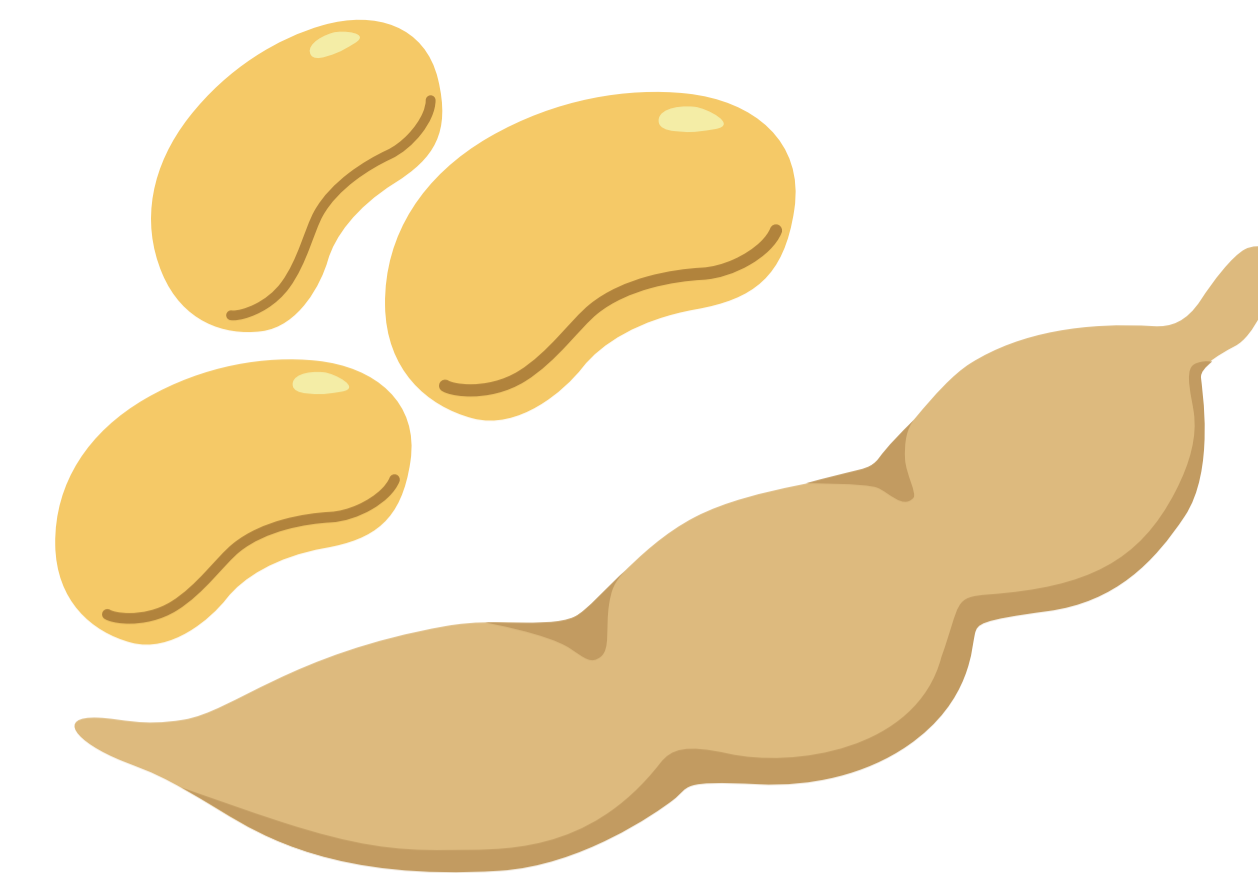
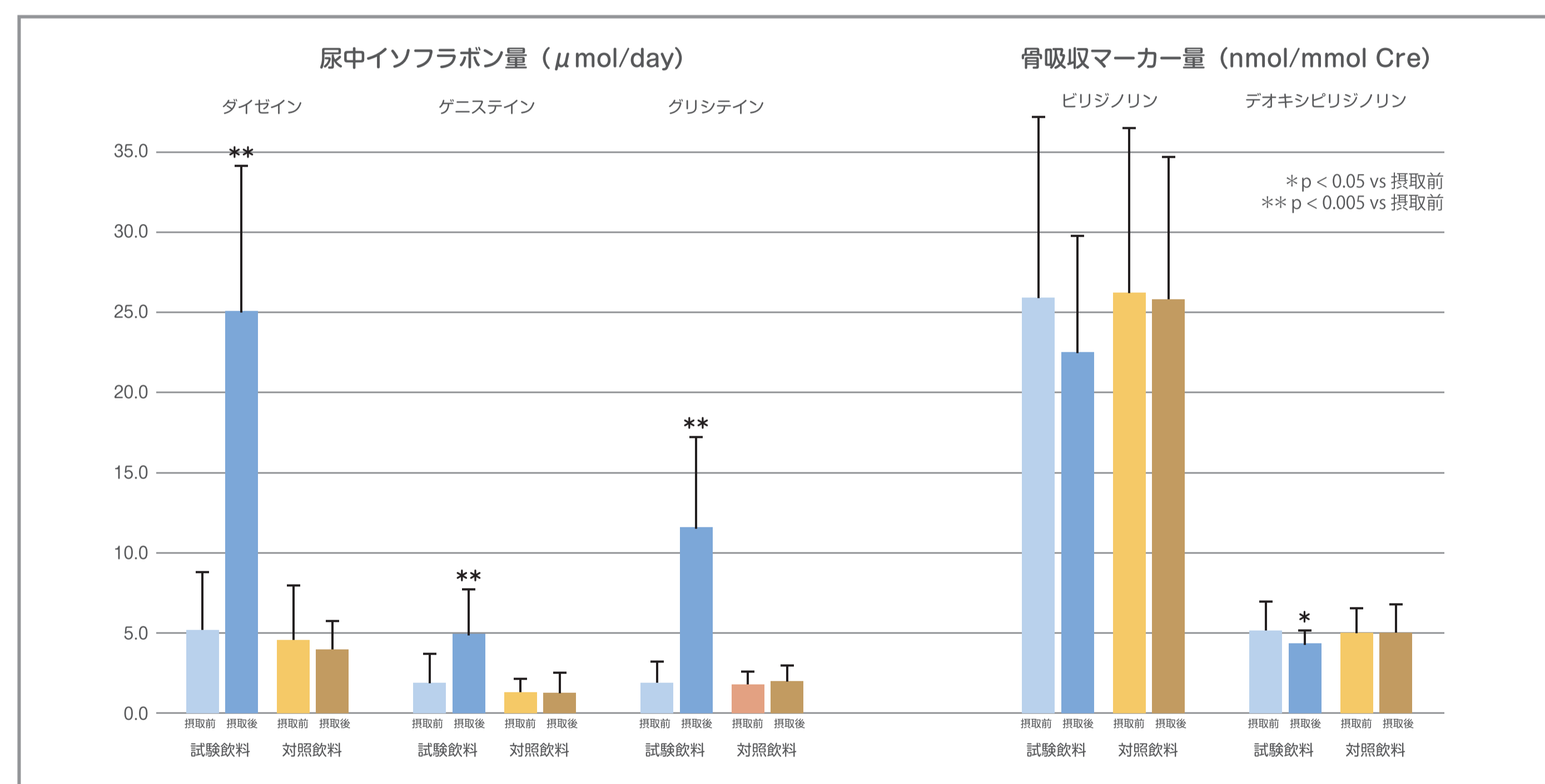


大豆イソフラボンの摂取は、 更年期の女性で懸念される 骨粗しょう症に対して予防的に作用。



更年期の女性を対象に大豆イソフラボン含有飲料を摂取させたヒト試験で、尿中の骨吸収マーカー（デオキシピリジノリン）が低下し、更年期の女性で懸念される骨粗しょう症の予防に効果的であることが示唆されました。

〈図〉大豆イソフラボン含有飲料摂取による尿中成分への影響



シングルブラインド・クロスオーバー試験で被験者を13名ずつ2群に分け、1本(195g)あたり25mg以上のイソフラボン(アグリコン換算)を含有する試験飲料を1日1本ずつ2週間摂取した。イソフラボン含有飲料摂取時には尿中に排出される骨吸収マーカーの低下が認められ、骨粗しょう症に対して予防的に作用することが考えられました。

健康・栄養食品研究, 3(2), 53-62 (2000), 寺本 貴則ら