



Projekt Lebenswert Leben  
Vogelsang 1  
A-6712 Thüringen  
Austria / Europe

Tel: +43(0)5550 / 20 020 21  
Fax: +43(0)5550 / 20 020 19  
web: [www.lebenswert-leben.at](http://www.lebenswert-leben.at)  
email: [info@lebenswert-leben.at](mailto:info@lebenswert-leben.at)

Quelle:

Recherche: **Projekt Lebenswert Leben** – Info aus American Soybean Association

## ***Isoflavone und Linderung von Menopausensymptomen*** ***Isoflavone und Osteoporose*** ***Isoflavone zur Krebsprophylaxe***

Die Menopausensymptome (Wechseljahre-Beschwerden) der Frau resultieren aus einem Absinken des Östrogenspiegels. Eine Therapieform besteht derzeit in der Substitutionstherapie mit Östrogenen. Innerhalb asiatischer Völker zählen Menopausensymptome dagegen eher zu den Ausnahmen. Die nähere Untersuchung dieses Phänomens ergab, dass mit der Sojabohne als Hauptnahrungsquelle auch hohe Konzentrationen an Soja-Isoflavonen aufgenommen werden. Der Isoflavon-Spiegel asiatischer Frauen kann dabei um den Faktor 10.000 höher liegen, als bei westeuropäischen Frauen. Somit trägt das schwache Phytoöstrogen der Sojabohne dazu bei, die verminderte Östrogenaktivität asiatischer Frauen im Alter zu kompensieren.

Tatsächlich zeigte sich im Rahmen klinischer Studien, dass auch hierzulande eine Umstellung auf Sojaprotein als Eiweißquelle zu einer Verminderung der Schweiß- und Reizausbrüche postmenopausaler Frauen um bis zu 40 % führen kann.

### ***Isoflavone und Osteoporose***

Besonders Frauen in der Menopause leiden häufig auch unter Osteoporose und damit verbunden an zahlreichen Knochenbeschwerden bis hin zum Oberschenkelhalsbruch. Ein Therapieansatz ist derzeit die Verabreichung des Medikamentes Ipriflavin, einem synthetischen Isoflavon, das den Aufbau neuer Knochensubstanz unterstützt.

Pharmakologische Untersuchungen haben allerdings gezeigt, dass nicht Ipriflavin selbst, sondern erst ein im Körper erzeugter Metabolit (Umwandlungsprodukt) die therapeutische Wirkung erzielt. Eine Stufe innerhalb dieses Metabolismus ist das Daidzein, also eines der beiden wichtigsten Soja-Isoflavone. Aber auch das Genistein hat nachweislich positive Effekte auf den Knochenaufbau. So konnte in Tierversuchen gezeigt werden, dass Genistein die Anzahl der für den Knochenaufbau benötigten Osteoblasten erhöht. Entsprechende Effekte lassen sich zweifellos auch auf die Therapie von Osteoporose in der Menopause übertragen.

### ***Isoflavone zur Krebsprophylaxe***

Krebserkrankungen, also das unkontrollierte Wachstum entarteter Körperzellen, zählt zu den häufigsten Todesursachen der Menschen. Gesichert sind bisher die Erkenntnisse über verschiedene das Krebsrisiko erhöhende Faktoren wie Rauchen, ungesunde Ernährung oder verschiedene Umweltgifte.



Projekt Lebenswert Leben  
Vogelsang 1  
A-6712 Thüringen  
Austria / Europe

Tel: +43(0)5550 / 20 020 21  
Fax: +43(0)5550 / 20 020 19  
web: [www.lebenswert-leben.at](http://www.lebenswert-leben.at)  
email: [info@lebenswert-leben.at](mailto:info@lebenswert-leben.at)

Einige Krebserkrankungen scheinen allerdings auch überwiegend genetisch festgelegt zu sein. Eine dieser Krebsarten ist der Brustkrebs. Dieser steht vermutlich in direktem Zusammenhang mit einem erhöhten Serumöstrogenspiegel junger Frauen. Erstaunlich war allerdings die im Rahmen weltweit durchgeführter Untersuchungen gewonnene Erkenntnis, dass asiatische Frauen im Vergleich zu US-amerikanischen Frauen ein viermal geringeres Brustkrebsrisiko aufweisen.

Die derzeit als wahrscheinlichste Erklärung geltende Antwort für dieses erstaunliche Phänomen ist die Tatsache, dass asiatische Frauen mit Sojaprodukten als Grundnahrungsmittel gleichzeitig auch erhöhte Mengen der Soja-Isoflavone zu sich nehmen. Speziell das Genistein hat dabei eine antiöstrogene Wirkung und trägt so scheinbar zu einer Krebsprophylaxe bei Risikogruppen im Bereich östrogen-induzierter Tumore der Brust bei.

Untersuchungen mit Krebszellen der Brust und der Prostata im Reagenzglas unterstützen diese Vermutung. Als weitere Erklärung finden derzeit allerdings auch Erkenntnisse Beachtung, nach denen Genistein die Angiogenese, also die Ausbildung von Blutgefäßen zur Nährstoffversorgung von Tumoren verhindern kann.

Somit stehen Isoflavone der Sojabohne derzeit sowohl im Blickpunkt klinischer Forschung als auch im Blickpunkt der Ernährungsphysiologen, da sich abzeichnet, mit der Sojabohne ein weiteres Instrument im Kampf gegen die Geißel Krebs in der Hand zu haben. In dieser Hinsicht lässt sich bereits zum heutigen Zeitpunkt sagen, dass Soja-Protein und die darin enthaltenen Isoflavone einen prophylaktischen Effekt zur Eindämmung hormonbedingter Krebserkrankungen haben können.

### ***Saponine***

Bei den Saponinen handelt es sich um sogenannte Phytosterine, also lipophile Triterpenderivate mit Sterangrundgerüst. Saponine besitzen eine hohe Oberflächenaktivität, ihre Hauptquelle sind Körnerleguminosen wie die Sojabohne.

Bereits heute werden Saponine im Rahmen der Therapie von benigner Prostatahyperplasie (vergrößerte Prostata) mit großem Erfolg eingesetzt.

Weiterhin im Gespräch sind zudem eine cholesterinsenkende Wirkung, die Stimulation des Immunsystems und eine antikanzerogene Wirkung oder Saponie. Diese positiven Eigenschaften beruhen möglicherweise auf einer Hemmung der Prostataglandinsynthese und einer Beeinflussung der Östrogensynthese.