

たった3割？ エクオール産生者減少の可能性。



二〇一五年五月二十九日、福岡県で開催された「第十五回抗加齢医学会総会」において、エクオールに関する研究発表がなされました。エクオールは、女性ホルモンと似た働きをする成分で、40代以降の女性の身体と心の健康の鍵を握るとしてテレビや雑誌など幅広いメディアでも注目が高まっている成分。

ホルモン補充療法に匹敵する エクオール摂取の効果。

「エクオールを摂取」と「ホルモン補充療法」の比較で行った臨床試験によると、女性ホルモンを投与する補充療法の方が特に汗、ほてりについて1カ月の早い段階で強い改善効果が認められるものの、更年期全般の症状は3カ

エクオールを体内で産生するためには特定の腸内細菌が必要で、産生能力を持つのは日本人で2人に1人と言われてきました。しかし、浜松町ハマサイトクリニック院長 吉形玲美医師の発表によると同院の更年期症状を有する女性46例(平均61.4歳)を対象とした調査によると、産生可能者は約3割の14例。また、吉形医師がその後行った、更年期症状の有無を問わない700名以上の女性を対象とした研究でも、20〜80歳代の各年代別でそれぞれ同様に産生能力者は約3割という結果が出ているとのこと。自身の体内での産生により、エクオール効果の恩恵にあずかれる女性は、これまで知られていた以上に減少している可能性が示されています。

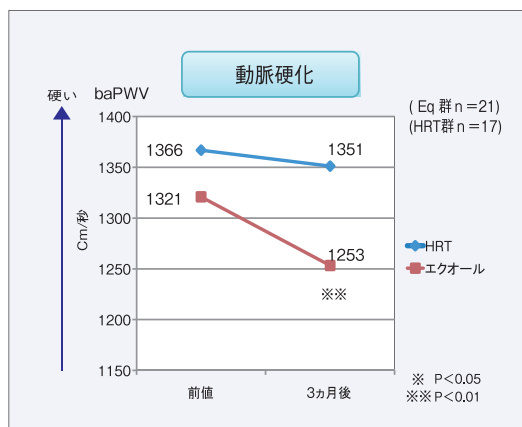
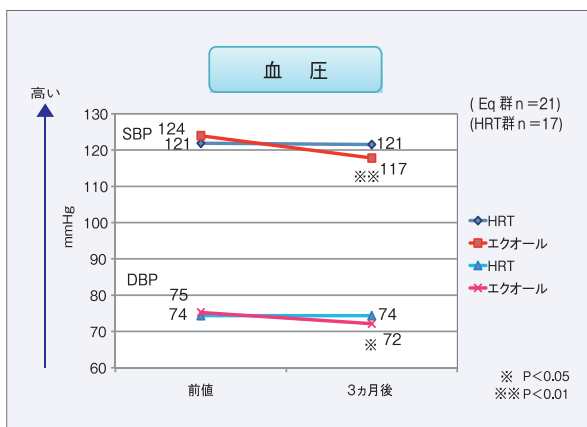
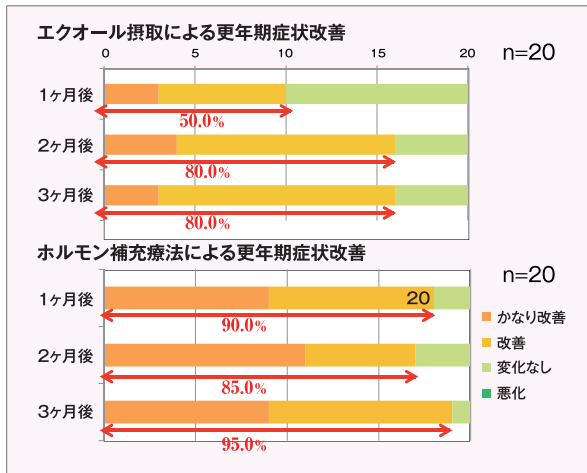
月目にエクオールでもほぼ同等に近い改善効果が確認されました。副作用のない栄養補助食品として摂取できるエクオールのこの効果は、更年期症状への新しい対策方法が可能であることを示しています。

血圧や動脈硬化については ホルモン補充療法以上の効果も。

肩こり、腰痛、イライラ、眠り、不安感、疲れなど、様々な更年期症状について、ホルモン補充療法(HRT)に近い症状改善効果がエクオール摂取により得られることが確認されました。また、薬剤ではなく、健康食品として摂取できる成分でありながら、血圧、動脈硬化についてはホルモン補充療法以上の改善効果が示されています。

吉形医師はこのエクオールに関する研究発表を昨年十月の第十三回更年期と加齢のヘルスケア学会でも行っており、「学会奨励賞」を受賞しています。つまり更年期症状の対策として注目が高

まり、摂取者の改善の声が数多くあがっている「エクオール」。吉形医師によりその研究は、さらに進められています。



エクオールに関する最新情報！

様々な不調に悩みがちな40代以上の女性の健康の鍵として注目を集める女性ホルモン様成分「エクオール」。

その臨床研究がさらに進められており、メディアだけでなく医療業界でも注目がさらに高まっています。

表面では、2015年5月に開催された抗加齢医学会での臨床研究発表についてご案内させていただきました。

浜松町ハマサイトクリニック 院長 吉形玲美医師によるこの研究は昨年10月に「更年期と加齢のヘルスケア学会」でも発表されており、学会奨励賞を受賞しています。

特にご注目いただきたいのは、動脈硬化改善効果です。

エクオールの女性ホルモン様作用は、特に血管や骨に優位にはたらくということが報告されており、今回の研究ではホルモン補充療法以上に動脈硬化の改善が強く認められています。

エストロゲン受容体(α , β)

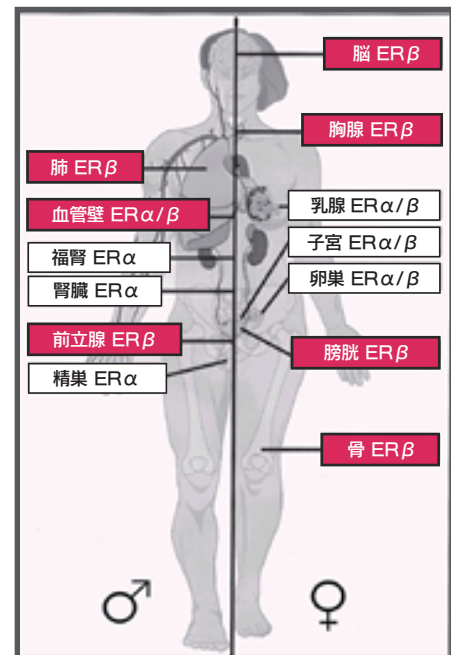
α -受容体

主に、生殖器（子宮、卵巣、精巣、乳腺 他）副腎、腎臓

β -受容体

主に、骨、脳、肝臓、前立腺、血管壁、肺、甲状腺、膀胱

エクオールは
エストロゲン受容体 β との
親和性がより高い



Muthyala RS, et al. Bioorg Med Chem, 2004
Setchell KD, et al. Am J Clin Nutr, 2005 他

また、吉形医師により700名超のデータを元に現在進行中の研究において、女性ホルモンの減少する閉経期世代の女性では、エクオール産生者は非産生者に比べ脂質、内臓脂肪面積、動脈硬化などが良好であることが確認されています。

エクオールがメタボリック症候群関連リスクの軽減に期待されることを示しており、

その重要性への注目がさらに高まっています。