



## БЪЛГАРСКА АГЕНЦИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТ НА ХРАНИТЕ ЦЕНТЪР ЗА ОЦЕНКА НА РИСКА

✉ Гр. София, 1606, бул. "Пенчо Славейков" № 15А  
☎ +359 (0) 2 915 98 20, 📠 +359 (0) 2 954 95 93, [www.babh.government.bg](http://www.babh.government.bg)

### Изофлавоните – полезни или опасни хранителни добавки<sup>1</sup>

(резюме)

Количеството на продадените продукти, съдържащи изофлавонови, се увеличи значително след публикациите на *Инициатива на жените за здраве (Women's Health Initiative<sup>2</sup>)*. (бел. авт. Изофлавоните са фенолни органични съединения, производни на флавонола, някои от които имат подобно на естрогена действие при бозайниците, поради което са наречени още фитоестрогени. Голямо количество изофлавонови съдържат бобовите култури - сем. Fabaceae). Резултатите от проучванията на тези съединения, засягащи въздействието им върху редица естроген-зависими органи, са противоречиви. Според едни автори, изофлавоните са полезни за здравето на човека, а според други – са опасни за него. Трябва да се подчертае, че психо-вегетативните оплаквания свързани с критическата възраст, като топли вълни например, само слабо и не във всички случаи се повлияват от изофлавоните. Ефективността на фитоестрогените за профилактика на остеопорозата също е незадоволителна, а за борба с атеросклерозата – твърде спорна, тъй като не всички автори установяват положително влияние върху липидната обмяна. **От научна гледна точка, все още не е приключило разискването дали изофлавоните имат отрицателни, положителни или въобще някакъв ефект върху млечната жлеза и ендометриума (най-вътрешния слой на матката).**

Няма съмнение, че е възможно соевите продукти да имат противораково действие (включително и по отношение рака на гърдата), но това действие може да се очаква само в случаите когато изофлавоните са били приемани по време на детството и юношеската възраст, т.е. оказали са влияние върху органогенезата. Това може да обясни често цитирания „японски феномен“ – факта, че ракът на гърдата се среща порядко при японките. Когато изофлавонови се приемат от жени в менопауза, тези съединения имат сходно с това на естрогените от класическите медицински препарати въздействие - стимулират пролиферацията в ендометриума и млечните жлези. Но за разлика от класическите медицински препарати, според проучванията, при употребата на изофлавонови за облекчаване на оплакванията съпътстващи менопаузата, рискът от развитие на рак на матката и гърдата се увеличава. Ето защо пред медиците стои въпросът „Защо продуктите, съдържащи изофлавонови, трябва да се препоръчват и използват, ако ползата от употребата им е незначителна, а произтичащите от нея опасности – сериозни?“

**изготвил:**

**Антония Димитрова, гл. експерт**

<sup>1</sup> Wuttke, W.; H. Jarry; D. Seidlova'-Wuttke (2007) Isoflavones—Safe food additives or dangerous drugs? Ageing Research Reviews 6, 150–188

<sup>2</sup> [www.whi.org](http://www.whi.org)