

Santé et Maladie

HEALTH.WINEBYNO.COM

HOME [ATKINS DIET](#) [SOUPE AU CHOU DIET](#) [LES RÉGIMES DIABÉTIQUES](#) [DIET PILLS](#) [FAD DIETS](#) [UNE ALIMENTATION SAIN](#) [MANGER SAIN](#)
[JENNY CRAIG](#) [LOW CARB DIETS](#) [LOW FAT DIETS](#) [RÉGIME MACROBIOTIQUE](#) [MASTERS CLEANSE](#) [RÉGIME MÉDITERRANÉEN](#) [NUTRISYSTEM](#) [NUTRITION](#)

HEALTH > >> [Santé et Maladie](#) >> [Diet Nutrition](#) >> [nutrition](#) >>

Qu'est-ce qu'un isoflavones

← [eocofy](#)
FREE SHIPPING
COMFY



Banggood
 .com



? Composés appelés isoflavones se retrouvent dans le soja ainsi que d'autres sources végétales . Les isoflavones sont considérés comme bons pour les femmes à la recherche d' un soulagement de problèmes de la ménopause . Certaines études montrent les avantages potentiels des isoflavones pour des affections autres que ceux associés à la ménopause , si ces avantages sont débattus . Classification

isoflavones appartiennent à une classe de composés organiques et sont liés à des

substances végétales appelées phytoestrogènes qui imitent l'œstrogène dans le corps .

Sources

< p > de grandes quantités d' isoflavones sont trouvés dans le soja , tandis que l'usine de trèfle rouge est une autre source .

risques potentiels

la sécurité des isoflavones pour les enfants a été contestés, et les femmes enceintes est conseillé d'éviter les niveaux d'isoflavones supérieures à celles qui peuvent être fournis par l'alimentation .

les avantages des femmes

isoflavones aident les femmes à la ménopause par soir leur œstrogènes les niveaux d'hormones , réduisant ainsi les symptômes de la ménopause .

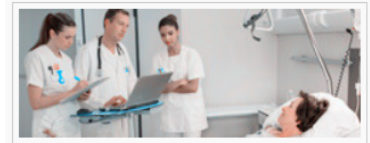
autres avantages

Selon Lesa Werner , ND (un docteur en naturopathie) , les isoflavones , notamment genstein , pourraient éventuellement avoir anti-oxydantes et anti-inflammatoires propriétés .

Avantages hommes

Dans les études animales , l'isoflavone genstein semblait réduire l'apparition de marqueurs du cancer de la prostate , bien que les études sur les hommes cancer de la prostate sont restés peu concluants .

Nouvel article



1. [Quel Loi sur les additifs alimentaire comme un tampon](#)
2. [Les effets de la famine sur la peau et Nails](#)
3. [Propriétés de la santé de la cannelle](#)
4. [Comment commencer à prendre soin de vous-même](#)
Encore
5. [Étuvé nutrition riz](#)
6. [Le régime neurotoxique](#)
7. [Avantages huile d'olive vierge](#)
Santé
8. [Palm Oil Nutrition](#)

articles recommandés

- Quel Loi sur les additifs alimentaire comme un tampon