

제36호
2022년

A Horphag Research
Publication

피크노제놀® 소식지

LOOK, FEEL AND LIVE BETTER



피크노제놀®과 여성 갱년기

나이와 상관없이 언제나
건강하고 아름다운 여성

새로운 연구

피크노제놀®의 하지불안
증후군 증상 완화 효과

신제품

Modex® Natural, White Pine®,
Vita S, Me.No.Pause,
Don't Sweat It

여성 갱년기
특집



PYCNOGENOL®

주요 소식

피크노제놀®과 여성 갱년기 나이와 상관없이 언제나 건강하고 아름다운 여성

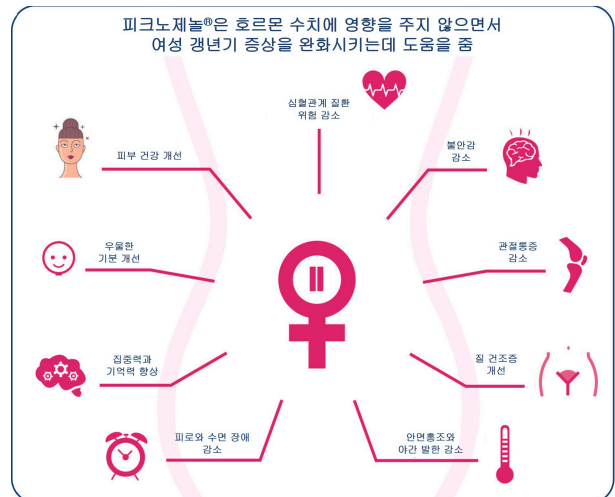


폐경은 여성으로서 가임기가 끝났음을 알리는 신호일 뿐만 아니라 호르몬 변화에 따라 다양한 생리 시스템에도 영향을 주는 사건입니다. 갱년기 증상으로는 인지 장애, 성기능 장애 (질 건조, 성욕 저하, 성교통), 혈관운동계 증상 (안면홍조, 발한), 심혈관계 질환 위험 증가, 우울감, 수면 장애, 관절·근육통과 매력을 상실한 느낌 등이 있습니다^{1, 2}. 갱년기는 45 - 55세 사이의 모든 여성의 삶에 큰 변화를 가져오는 시기로서 짧게는 몇 개월, 길게는 4년까지도 지속됩니다³. 흥미로운 사실은 본인이 속한 문화에 따라 갱년기 증상과 정도를 매우 다르게 인식한다는 것입니다⁴.

갱년기 증상을 치료하기 위해 호르몬 요법 (특히 에스트로겐-프로게스테론 병행 치료법)이 오랜 세월동안 흔하게 사용되어 왔습니다. 그러나 호르몬 치료법에는 정맥 혈전 색전증, 뇌졸중, 심지어는 유방암과 같은 심각한 부작용의 위험이 따르므로⁵ 많은 여성들이 갱년기 징후와 증상에 대처하기 위해 비호르몬 요법과 천연적인 방법을 찾고 있습니다. 프랑스 해안송 껍질 추출물인 피크노제놀®은 천연 항산화 및 항염증 건강기능식품 원료로서 갱년기 여성의 건강에 도움을 주는 다양한 효능을 제공하는 것으로 알려졌습니다. 피크노제놀®은 호르몬 수치에 영향을 주지 않으면서 갱년기 증상을 개선할 뿐만 아니라 심혈관계 및 관절과 피부 건강에도 도움을 준다는 사실이 입증되었습니다⁶.

갱년기 증상을 완화시키는 피크노제놀®

현재까지 거의 500명에 달하는 여성들이 갱년기 증상 대한 피크노제놀®의 효능을 조사하는 다양한 연구에 참여했습니다⁶⁻⁹. 폐경기 여성 155명을 대상으로 6개월 간 무작위 이중 맹검 위약 조건으로 실시한 연구에서는 피크노제놀®을 섭취한 피실험자들이 위약 대조군에 비해 여성 건강 지수 설문지 (Women's Health Questionnaire, WHQ)의 모든 항목에서 유의미한 개선을 보였습니다⁷. WHQ에서는 신체적 증상 (피로, 두통) 및 혈관운동계 증상 (안면홍조, 발한), 우울감, 기억력 및 집중력 감퇴, 신체적인 매력, 불안감, 성생활, 수면장애 및 월경 곤란 문제 등을 평가합니다.



주요 소식

8주 동안 70명의 폐경 이행기에 있는 여성들이 참가한 또다른 연구에서는 참가자 중 38명이 매일 피크노제놀® 100mg씩을 섭취하였습니다⁸. 그 결과 피크노제놀®을 섭취한 참가자들은 일반적인 갱년기 징후와 증상 33가지 항목에서 크게 호전된 것으로 나타났습니다. 170명의 여성을 대상으로 한 무작위 이중 맹검 위약 대조 연구에서는 저용량의 피크노제놀® (일일 섭취량 60mg) 섭취로도 갱년기 증상 완화에 유의미한 효능이 있다는 사실이 입증되었습니다⁶.

폐경은 심혈관 질환의 위험을 높이는 대표적인 요소입니다¹⁰. 갱년기 여성이 6개월간 매일 피크노제놀® 100mg을 섭취하면 높아진 혈압이 정상화되고 혈중내 지질 성분이 개선되는 것으로 나타났습니다⁹. 심혈관계 건강과 관련된 인자들인 호모시스테인과 CRP 수치가 유의미하게 개선되었고, 혈장 프리 라디칼이 22% 감소했습니다. 또한 폐경 관련 설문지의 34개 항목 중 거의 모든 항목에서 피크노제놀® 섭취 후 증상 개선이 관찰되었습니다.

특히 받은 복합 식이 보충제 (Lady Prelox®)의 주요 활성 성분인 피크노제놀®은 또한 질 건조, 성기능, 정서적 및 신체적 건강과 관련하여 폐경기 전후 여성에게 유익한 것으로 확인되었습니다¹¹⁻¹³.

피크노제놀®은 폐경기 여성의 피부, 관절 건강을 개선하고 심혈관계를 건강하게 유지합니다.

20편 이상 발표된 피부과 임상연구 논문을 통해 피크노제놀®은 피부에 여러 다양한 효과를 제공하는 것으로 확인되었습니다. 예를 들어, 색소 침착 감소, 피부 보습 증가, 그리고 주름이 개선되고 환하게 빛나는 피부로 이끌어주는 피부의 미세순환 개선과 탄력 향상 등이 있습니다¹⁴⁻²¹. 한편, 많은 갱년기 여성들이 관절 통증을 호소하는데 실제로 폐경기 동안 에스트로겐 수치가 감소하여 골관절염 유병률과 중증도에 영향을 미친다는 가설들이 제시되었습니다²². 피크노제놀®은 염증, 통증, 관절의 뻣뻣함, 진통제 복용을 줄여주고 신체 기능을 개선하는 등 골관절염 징후가 있는 환자에게 효과가 있는 것으로 나타났습니다^{19, 20, 23-28}.

갱년기에 심혈관 질환의 위험이 증가하는 이유는 갱년기 증상의 빈도와 중증도가 혈관과 내피 기능 장애와 관련되기 때문입니다²⁹. 피크노제놀®의 특성 중 광범위하게 연구한 주제 중 하나가 혈관 및 내피 건강에 미치는 긍정적인 효과인데^{7, 30-32} 내피세포 산화질소 합성효소를 활성화하여 최적의 산화 질소 (nitric oxide, NO)가 생성되도록 하는 작용기전을 통해 효과가 나타나는 것으로 알려졌습니다. 이로써 혈관이 이완되고, 조직 관류가 개선됩니다.

참고문헌:

1. Woods NF, Mitchell ES. Symptoms during the perimenopause: prevalence, severity, trajectory, and significance in women's lives. *Am J Med.* 2005;118 Suppl 12B:14-24.
2. Wu JM, Zelinski MB, Ingram DK, Ottinger MA. Ovarian Aging and Menopause: Current Theories, Hypotheses, and Research Models. *Experimental Biology and Medicine.* 2005;230(11):818-28.
3. McKinlay SM, Brambilla DJ, Posner JG. The normal menopause transition. *Maturitas.* 1992;14(2):103-15.
4. Richters JMA. Menopause in Different Cultures. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology.* 1997;18(2):73-80.
5. Type and timing of menopausal hormone therapy and breast cancer risk: individual participant meta-analysis of the worldwide epidemiological evidence. *Lancet.* 2019;394(10204):1159-68.
6. Kohama T, Negami M. Effect of low-dose French maritime pine bark extract on climacteric syndrome in 170 perimenopausal women: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *J Reprod Med.* 2013;58(1-2):39-46.
7. Yang HM, Liao MF, Zhu SY, Liao MN, Rohdewald P. A randomized, double-blind, placebo-controlled trial on the effect of Pycnogenol on the climacteric syndrome in peri-menopausal women. *Acta Obstet Gynecol Scand.* 2007;86(8):978-85.
8. Errichi S, Bottari A, Belcaro G, Cesarone MR, Hosoi M, Cornelli U, et al. Supplementation with Pycnogenol® improves signs and symptoms of menopausal transition. *Panminerva Med.* 2011;53(3 Suppl 1):65-70.
9. Luzzi R, Belcaro G, Hosoi M, Feragalli B, Cornelli U, Dugall M, et al. Normalization of cardiovascular risk factors in peri-menopausal women with Pycnogenol(R). *Minerva Ginecol.* 2017;69(1):29-34.
10. Moreau KL, Hildreth KL. Vascular Aging across the Menopause Transition in Healthy Women. *Adv Vasc Med.* 2014;2014.
11. Cesarone MR, Belcaro G, Scipione C, Scipione V, Dugall M, Hu S, et al. Prevention of vaginal dryness in perimenopausal women. Supplementation with Lady Prelox(R). *Minerva Ginecol.* 2019;71(6):434-41.
12. Bottari A, Belcaro G, Ledda A, Cesarone MR, Vinciguerra G, Di Renzo A, et al. Lady Prelox(R) improves sexual function in post-menopausal women. *Panminerva Med.* 2012.
13. Stanislavov R, Rohdewald P. PACR (Pine Bark Extract, L Arginine, L Citrulline, Rose Hip Extract) Improves Emotional, Physical Health and Sexual Function in Peri-Menopausal Women. *Journal of women's health care.* 2014;3:1-7.
14. Kim YJ, Kang KS, Yokozawa T. The anti-melanogenic effect of pycnogenol by its anti-oxidative actions. *Food Chem Toxicol.* 2008;46(7):2466-71.
15. Ni Z, Mu Y, Gulati O. Treatment of melasma with Pycnogenol. *Phytother Res.* 2002;16(6):567-71.
16. Grether-Beck S, Marini A, Jaenicke T, Krutmann J. French Maritime Pine Bark Extract (Pycnogenol(R)) Effects on Human Skin: Clinical and Molecular Evidence. *Skin Pharmacol Physiol.* 2016;29(1):13-7.
17. Saliou C, Rimbach G, Moini H, McLaughlin L, Hosseini S, Lee J, et al. Solar ultraviolet-induced erythema in human skin and nuclear factor-kappa-B-dependent gene expression in keratinocytes are modulated by a French maritime pine bark extract. *Free Radic Biol Med.* 2001;30(2):154-60.
18. Marini A, Grether-Beck S, Jaenicke T, Weber M, Burki C, Formann P, et al. Pycnogenol(R) effects on skin elasticity and hydration coincide with increased gene expressions of collagen type I and hyaluronic acid synthase in women. *Skin Pharmacol Physiol.* 2012;25(2):86-92.
19. Grimm T, Chovanova Z, Muchova J, Sumegova K, Liptakova A, Durackova Z, et al. Inhibition of NF-kappaB activation and MMP-9 secretion by plasma of human volunteers after ingestion of maritime pine bark extract (Pycnogenol). *J Inflamm (Lond).* 2006;3:1.
20. Grimm T, Schafer A, Hogger P. Antioxidant activity and inhibition of matrix metalloproteinases by metabolites of maritime pine bark extract (pycnogenol). *Free Radic Biol Med.* 2004;36(6):811-22.
21. Belcaro G, Cesarone MR, Errichi BM, Ledda A, Di Renzo A, Stuard S, et al. Diabetic ulcers: microcirculatory improvement and faster healing with pycnogenol. *Clin Appl Thromb Hemost.* 2006;12(3):318-23.
22. Neogi T, Zhang Y. Epidemiology of osteoarthritis. *Rheum Dis Clin North Am.* 2013;39(1):1-19.
23. Belcaro G, Cesarone MR, Errichi S, Zulli C, Errichi BM, Vinciguerra G, et al. Variations in C-reactive protein, plasma free radicals and fibrinogen values in patients with osteoarthritis treated with Pycnogenol. *Redox Rep.* 2008;13(6):271-6.
24. Farid R, Mirfeizi Z, Mirheidari M, Rezaieyazdi Z, Mansouri H, Esmaeli H, et al. Pycnogenol supplementation reduces pain and stiffness and improves physical function in adults with knee osteoarthritis. *Nutrition Research.* 2007;27(11):692-7.
25. Cisar P, Jany R, Waculikova I, Sumegova K, Muchova J, Vojtassak J, et al. Effect of pine bark extract (Pycnogenol) on symptoms of knee osteoarthritis. *Phytother Res.* 2008;22(8):1087-92.
26. Belcaro G, Cesarone MR, Errichi S, Zulli C, Errichi BM, Vinciguerra G, et al. Treatment of osteoarthritis with Pycnogenol. The SVOS (San Valentino Osteo-arthritis Study). Evaluation of signs, symptoms, physical performance and vascular aspects. *Phytother Res.* 2008;22(4):518-23.
27. Schafer A, Chovanova Z, Muchova J, Sumegova K, Liptakova A, Durackova Z, et al. Inhibition of COX-1 and COX-2 activity by plasma of human volunteers after ingestion of French maritime pine bark extract. *Biomed Pharmacother.* 2006;60(1):5-9.
28. Canali R, Comitato R, Schonlau F, Virgili F. The anti-inflammatory pharmacology of Pycnogenol in humans involves COX-2 and 5-LOX mRNA expression in leukocytes. *Int Immunopharmacol.* 2009;9(10):1145-9.
29. Hildreth KL, Ozemek C, Kohrt WM, Blatchford PJ, Moreau KL. Vascular dysfunction across the stages of the menopausal transition is associated with menopausal symptoms and quality of life. *Menopause.* 2018;25(9):1011-9.
30. Enseleit F, Sudano I, Periat D, Winnik S, Wolfrum M, Flammer AJ, et al. Effects of Pycnogenol on endothelial function in patients with stable coronary artery disease: a double-blind, randomized, placebo-controlled, cross-over study. *Eur Heart J.* 2012;33(13):1589-97.
31. Liu X, Wei J, Tan F, Zhou S, Wurthwein G, Rohdewald P. Pycnogenol, French maritime pine bark extract, improves endothelial function of hypertensive patients. *Life Sci.* 2004;74(7):855-62.
32. Zibadi S, Rohdewald PJ, Park D, Watson RR. Reduction of cardiovascular risk factors in subjects with type 2 diabetes by Pycnogenol supplementation. *Nutr Res.* 2008;28(5):315-20.

For more information, please visit www.pycnogenol.com.

신제품 소개

Modex® Natural은 운동수행 능력 향상과 운동 후 회복 촉진, 그리고 인지 기능 개선을 목적으로 개발된 특허 받은 영양 보충제입니다.

호주에서 출시된 **Modex®**는 잘 흡수되는 액체 형태로 되어 있어 소화 흡수가 용이하며 모든 체력수준에 적합합니다. 피크노제놀®, 알로에 베라, 파파인 효소와 꿀과 같은 천연 성분으로 이루어진 이 제품은 임상을 통해 입증된 강력한 항염 및 항산화 효과를 제공합니다. 피크노제놀®은 임상적으로 밝혀진 것과 같이 혈액의 미소순환(微小循環)을 향상시키고, 염증 감소, 프리 라디칼 중화, 콜라겐과 히알루론산 재생 효과가 있어 운동선수와 일반인의 신체와 두뇌가 최고의 성과를 발휘할 수 있도록 도와줍니다. 파파인 효소는 위장에서 소화 흡수가 잘 될 수 있도록 최적의 속도로 위장을 비우는데 중요한 역할을 합니다.



Modex® 액상형 강장제는 매일 꾸준히 섭취하거나 운동 전 섭취하는 것이 가장 좋습니다. 운동 훈련이나 경기가 있다면 1~4시간 전에 100ml를 섭취하고, 일상에서 건강과 체력을 관리하기 위해서는 하루 중 언제든지 30ml를 섭취합니다. 처음에는 2주간 매일 100ml를 꾸준히 섭취하여 몸이 적응할 수 있도록 합니다. 자세한 내용은 www.modexnatural.com에서 확인하십시오.

Vita S Dr. Awie 사의 비타민 제품인 Vita S는 피크노제놀®의 피부 건강 개선 효능을 활용하여 태국에서 출시한 다목적 미용 보충제로서 피부를 속으로부터 건강하게 만들어줍니다.

이 제품의 주성분은 피크노제놀®과 일본에서 수입한 풋사과 추출물인 애플페놀입니다. 피크노제놀®은 강력한 항산화제로 색소 침착이나 잡티, 여드름 흉터 등을 줄여주고 어두운 반점이 생길 수 있는 계절 변화시에 피부톤을 밝게 해주는 것으로 확인되었습니다. 또한, 도시 생활에서 노출되는 여러 오염 물질로부터 피부를 보호하는 피부 장벽 기능을 강화하는 효과도 가지고 있습니다.



Vita S는 1~10 박스로 이루어진 다양한 세트에 준비되어 있습니다. 아침 저녁으로 각 2캡슐씩 섭취할 것을 권장합니다. 자세한 내용은 @Dr.Awie_vitas를 팔로우하여 확인하십시오.

White Pine® 피크노제놀®은 젊고 건강한 피부를 선사하는 종합 뷰티 라인으로 바르는 화장품과 먹는 보충제로 구성되어 있습니다.

인도에서 개발된 **White Pine®**은 25mg 또는 50mg 용량의 피크노제놀® 캡슐과 Red Oil, Detox Mousse 및 Mirror Glaze 등의 다양한 세럼으로 이루어져 있습니다. 노화 방지 및 항산화 기능과 관련된 특허를 받은 피크노제놀®은 비타민E보다 50배, 비타민C보다 20배 더 강력한 항산화력을 발휘합니다. 새로 출시된 이 제품은 임상 연구를 통해 입증된 보습, 히알루론산 생성 증가, 새로운 콜라겐 합성 촉진, 피부 탄력 증가, 균일하고 밝은 피부톤을 위한 피부 피로 및 색소 침착 감소, 콜라겐 및 엘라스틴 분해 효소 활성 억제, 광노화 제한 효과 등을 제공합니다.



White Pine® 피크노제놀®은 총 11개의 제품으로 구성된 라인으로 인도 최고의 화장품 소매점인 CHOSEN에서만 구매하실 수 있습니다.



Me.No.Pause. Womaness™에서 출시한 Me.No.Pause.는 안면홍조, 야간 발한, 기억력 및 우울감과 같은 갱년기 증상 개선을 위해 고안된 천연 갱년기용 건강기능식품입니다.

호르몬이 무첨가된 이 제품은 뛰어난 임상 결과를 보유한 성분만을 엄선하여 만들었습니다. 혈액 순환을 촉진시켜주는 피크노제놀®은 안면홍조와 야간 발한, 불면증을 완화해주고, Bacognize® (바코파 몬니에리 추출물)는 인지력, 기억력 및 집중력을 향상시켜 줍니다.



그리고 몸과 마음이 스트레스를 더 잘 조절하고 성욕을 촉진하는 데 도움을 주는 것으로 알려진 자양 강장제 아슈와간다가 첨가되어 있습니다.

Me.No.Pause.는 Womaness™의 갱년기 건강 라인업 중 가장 최근에 출시된 제품입니다. 미국에서 구입할 수 있으며 W Magazine의 "2021년 최고의 비타민 보충제" 중 하나로 선정되었습니다. 최상의 결과를 얻기 위해서는 최소 4주 동안 매일 섭취하거나 의사의 지시에 따라 복용해야 합니다. 자세한 내용은 www.womaness.com에서 확인하십시오.

새로운 연구 | 소식



Awesome Woman社에서 건강 & 뷰티를 위해 개발한 **Don't Sweat It**

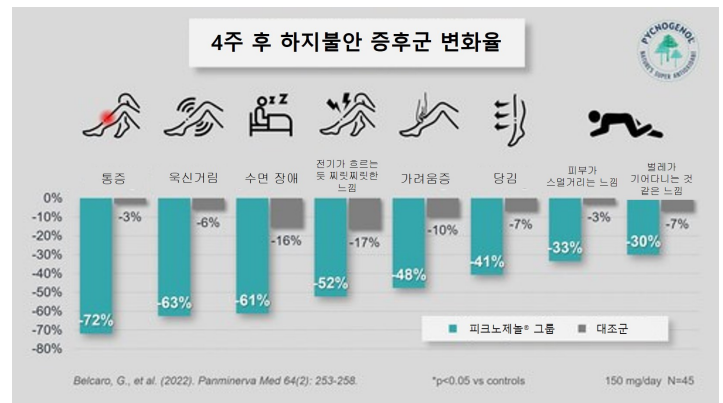
건조한 피부, 잔주름, 안면 홍조가 걱정으신가요? **더 이상 걱정하지 마세요.** 작지만 강력한 이 캡슐은 35세 이상의 여성을 위해 하늘에서 내린 선물과도 같은 보충제로서 피크노제놀®, 포도씨 추출물, 비타민 B 복합물, 비건 비타민 D3, 칼슘과 인을 함유하여 야간 발한과 안면 홍조와 같은 흔한 갱년기 증상을 완화하는 데 도움이 될 뿐만 아니라 피부 보습을 강화하고 잔주름과 칙칙함을 줄이는 등 놀라운 피부 개선 효과를 제공합니다. 또한 심장과 뼈, 관절 건강을 지지하는 동시에 우울감과 짜증을 완화하는 데 도움이 됩니다. 추가로, 특허받은 100% 순수 천연 성분인 피크노제놀®은 갱년기 여성을 대상으로 실시한 40년간의 연구와 135개의 임상 실험을 통해 수많은 건강과 미용 효과가 증명되었습니다.



Don't Sweat It은 Birchbox.com과 AwesomeWoman.com에서 구매하실 수 있습니다.

하지불안 증후군 증상의 완화 및 예방

Panminerva Medica 誌에 새로 발표된 연구에 따르면 피크노제놀®은 하지불안 증후군 (Restless Legs Syndrome, RLS)과 관련된 증상을 완화하고 예방할 수 있는 것으로 나타났습니다. 피크노제놀® 150mg을 4주 동안 매일 섭취한 결과, 벌레가 기어 다니는 느낌, 당김, 육신거림, 통증, 수면 장애를 포함한 하지불안 증후군 증상이 유의미하게 감소했습니다. 또한 피크노제놀® 섭취군의 경우 통증 관리 필요성이 유의미하게 감소했습니다.



故 Richard Passwater 박사를 기리며

“최근 Richard Passwater 박사의 사망 소식에 심심한 애도를 표합니다. 우리는 지난 30년 이상 다양한 프로젝트에서 Passwater 박사와 협력하는 기쁨을 누렸습니다. 그는 진정한 업계 선구자이자 뛰어난 과학자로서 수많은 연구를 통해 획기적인 결과를 발표하고, 피크노제놀®에 관한 교육 도서를 6권이나 집필하였으며, 수십년간 Whole Foods 잡지의 Vitamin Connection 칼럼을 운영하면서 인터뷰 등을 통해 피크노제놀®에 관한 대중의 인지도를 높였습니다. 훌륭한 동료이자 소중한 친구였던 Passwater 박사가 몹시 그리울 것입니다. 그의 아내 바바라와 아들들에 깊은 애도를 전합니다.”

- Victor Ferrari, CEO Horphag Research



2015년 SupplySide West 박람회 당시 Horphag Research 부스에 마련된 저자 사인회에서 Passwater 박사의 모습

Improving Women's Health



피크노제놀® - 프랑스 해안송 껍질 추출물은 건강기능식품 기능성 원료로 개별인정을 받은 소재입니다.

1. 인체에 유해한 활성산소를 제거하는데 도움을 줄 수 있습니다. (50-200mg/일)
2. 혈액의 흐름을 방해할 수 있는 혈소판 응집을 억제하는데 도움을 줄 수 있습니다. (100-200mg/일)
3. 갱년기 여성의 건강에 도움을 줄 수 있습니다. (60-200mg/일)

더 자세한 내용은 피크노제놀®의 우리말 홈페이지 'www.pycnogenol.co.kr'을 방문하여 확인하시고, 문의사항은 한국 공식 대리점인 (주)주피터 인터내셔널로 문의하시기 바랍니다.

Tel: (02) 578-0177 / Fax: (02) 578-0716

E-mail: jupiter@jupiterintl.co.kr

follow us on...



Pycnogenol® 은 프랑스 해안송 껍질 추출물로 Horphag Research Ltd.사의 등록상표이며, 미국 특허 제 5,720,956 호, 제 6,372,266호와 그 외 국제특허에 의해 보호 받습니다.