آثار تجزیه‌توان کلیسی و ویتامین E بر سندروم قبل از قاعدگی

مccionسیون 1. اکرم ذوالعتمت کرم‌مای، سیمین تعاونی، آغا فاطمه حسینی

چکیده

زیمین و هدف: سندروم قبل از قاعدگی یک اختلال شایع در زنان جوان و میانسال است که بیشتر از 95 درصد آنها را کرفسی می‌کند. گاهی علائم خنثی، رفتاری و جسمی این سندروم نشان می‌دهد که محاسبه‌های نمونه‌گیری و نیز باعث اختلال در روابط بین فردی می‌شود. با توجه به اینکه هنگامی که در بر یک گروه خاص سیستم قاعدگی داخلی از قاعدگی وجود دارد، این مطالعه با هدف بررسی تأثیر مصرف توأم کلیسی و ویتامین E بر روی علائم سندروم قبل از قاعدگی در دانشجویان دختر خانگاه‌های دانشگاه علوم پزشکی ایران صورت گرفت.

روش بررسی: این مطالعه به روش کار آزمایی سه کور بر روی دانشجویان دختر خانگاه‌های دانشگاه علوم پزشکی ایران آماده شد. تشخیص این سندروم طبق نظر انجمن زنان و مامایی آمریکا (ACOG) بر اساس وجود حادثه‌ای یک علائم خنثی و یک علائم جسمی از مجموع علائم روی و جسمانی این سندروم صورت گرفت. افزایش مارد پریشنش به مدت ۲ هفته بیش از میانگین پریشنش (PMS) تا کمک و پس از شناسایی علائم، تعداد ۷۸ نفر در دو گروه مورد بررسی قرار گرفت. گروه درمان نخواهند راه‌یافته به داروی ۱۰۰۰ میلی گرم پورتریش و داروی کننده به مدت ۲ هفته روز قبل از عادت ماهنامه دارو نیز درون گروه با آزمون t زوج و بین گروه ها با ریاضی مورد توجه و تحلیل آماری قرار گرفت.

یافته‌ها: به‌طور کلی، بررسی این سندروم در ژن‌های ویتامین E و کلیسی در دسترس داشته شد و در هر دو گروه مورد استفاده قرار گرفت. این نتایج نشان می‌دهد که این مطالعه با ارائه علائم روی و جسمانی بیش از میانگین پریشنش برای این گروه درمان نخواهند راه‌یافته به داروی ۱۰۰۰ میلی گرم پورتریش و داروی کننده به مدت ۲ هفته روز قبل از عادت ماهنامه دارو نیز درون گروه با آزمون t زوج و بین گروه ها با ریاضی مورد توجه و تحلیل آماری قرار گرفت.

کلید واژه‌ها: سندروم قبل از قاعدگی - مصرف توان کلیسی و ویتامین E - علائم خنثی - علائم جسمی - آماری رفتاری

تاریخ دریافت: 87/12/24
تاریخ پذیرش: 89/3/21
 ungeheuren

ساله‌هاست که علائم خلقت و جسمی عود کنده هم‌مان با دوره ترشحی سیگل قاعدگی تحت حنوان Premenstrual syndrome (PMS) Syndrome
حدود 80-85 درصد از زنان در دوره‌ی باروری علائم خلقت رفتاری و جسمی این استاد را قبل از شروع قاعدگی نجم می‌کند. این علائم و نشانه‌هایی به دوره ترشحی قاعدگی محدود می‌شود و در عرض چند روز بعد از شروع قاعدگی از بین می‌روند.

روش پرورشی

این مطالعه به روش مداخلهایی بر روی سنجش انجام شد که 87 دانشجو انجام شد که 47 نفر در گروه کلسم و 40 نفر در گروه دارومنا بودند. علت عدم برداشته گروه‌ها، روش نمونه‌برداری است.

معمای تشخیص سندرم در این پرسی طبق نظر انجمن روانپزشکان امریکا (APA) و وجود یک علائم خلقت و یک علائم جسمی عود می‌گردد این می‌تواند منجر به اختلال در کیفیت زندگی گردد.

Premenstrual profile

در این مطالعه پرسشنامه‌ی مشابهی در 2005 شامل سه دسته علائم خلق منفی، ناراحتی و ادم که عضای با علائم خلقی، رفتاری و جسمی است و توسط طراحی شده است. مورد استفاده قرار گرفت.

در پرسشنامه‌ی فوق سردرستی آن ها بر اساس شدت احساس شده فرد، نمره سطح علائم خلقی و علائم جسمی (اختلالاتی در کارهای روزمره ایجاد نکند). نمره یک، وجود علائم با شدت متوسط (نهایت بر انجام کارهای روزمره تأثیر نکنند) نمره یک، وجود علائم با شدت کم، وجود علائم با شدت نمی‌باشد.

در پرسشنامه‌ی فوق شدت شدید (مقدار انجام کارهای روزمره نامربوط، طول سیستم کمر زن منظر) شدید، نمره سیستم کمر کمتر از 21 و بیشتر از 35 وز مصرف و نیاز به داروپزشکی که به شدت بیماری و نیز حالات ناگوار در طی ماه اخیر از موارد حذف نمی‌شود. به همین شرکت‌نامگزاران این یافته‌های اسکان خواب‌ها و درمان‌ها می‌باشد. تمام از دسترسی به دانشگاه علوم پزشکی ایران بودند که از سوی عکس‌بردار و بیمار خاص ندادند و همچنین مصرف دارویی می‌کردند. پس از توضیح اجمالی به

اثرات توم اکلیسیم و ویتامین E بر سندرم قبل از قاعدگی

دوره 13/ شماره 5/ شهروزماه 1389

9 نشریه پرستاری ایران
انراث توانایی‌های علمی بر سندروم قبل از زندگی

دانشجویان در مورد روش کار و نبایز به مصرف توانایی ویتنامی E و کلسیم و با دارومنا در صورت شرکت در این مطالعه PMS و کسب رضایت آنها جهت شرکت در مطالعه، پرسشنامه PMS بعد از 25 نفر از دانشجویان توزیع شد و آن‌ها خواسته شد تا در هر یک از روزهای همبستگی قاعدگی به مدت PMS سه ماهات متوالی احساس خود از علائم ببرگ بر پرسشنامه را علائم بزنند. سپس برگهای جمع آوری شد و با استفاده از روش (Third blind) مورد تجربه توانایی و پس اندازه‌گیری با این اطلاعات در انتهای آزمایش روند سوکره بود. بنا به این افتد A و B به مدت مورد پزشکی و پژوهشگر از گروه‌های درمانی یک اطلاع بودند و تجربه توانایی نیز داده اطلاع از گروه درمانی انجام شد. پس از انجام تجربه و تحلیل آماری، نوع دارو به اطلاع پژوهشگر رسید.

ثابت می‌شود تا اینکه به‌طور کلی، این نوع دارو با ادامه تحقیقات بیشتر، به شکل یکسپان از مطالعه‌های تکثیر شده، در مورد کلسیم E و ویتنامی در مورد باعث سیکیل بالا گرفتن نموده و باعث مصرف قابل توجهی از شرکت در درمانیهایی که علائم بیشتری داشته و کلسیم را به یک بیمار سبب و یک نوع شب هم‌مازگی یک لیوان آب (جهت رفع بی‌ستودن) احتمالی نامی از کلسیمی، ویتنامی نمایند و هم‌همان پرسشنامه‌ها را به‌سیله علائم زدن علائم نکننده کند. ضمانت صورت زدن علائم نکننده کند. ضمانت بین دانشجویان اطلاعی داده که داروها قادر تأثیر جانی جدیدی به و آن‌ها خواسته شد که در صورت بروز هر گونه مشکلی در مصرف داروها، مراقب را چه چه بین یکی از اطلاعات توسط پژوهشگری بدانند. جهت اطلاعی از این اطلاعات توسط شرکت‌هایی که هرینه یک پاملوکوان به آنها ارسال شد و هر دو هنگام با دسته‌بندی خود از آن به عمل آمد. پژوهشگری می‌باشد این نوع دارو به‌طور مقطع پرسشنامه‌ها جمع آوری گردید. 5 نفر از ادمای پژوهشگری قبل به دلیل درد شدید پستان نیاز به مصرف دارو پیدا کردند. که به مطالعه کار گذاشته شد. 7 نفر کمتر از سیکل پرسشنامه را تکمیل کردن و با این از مطالعه خارج شدند. در مجموع 13 نفر از مطالعه خارج شدند و نتایج به مدت آزمون 47 نفر در گروه توأم و 40 نفر از گروه دارومنا، از توجه به تغییرات اینجاش شد در
نمودار شماره ۱ - مقایسه میانگین شدت سندرم قبل از قاعدگی به تفکیک گروه درمانی قبل و بعد از مداخله در دو گروه دارونا و توأم

جدول شماره ۱ - مقایسه شدت علائم خفیق و رفتاری و جسمی قبل و بعد از مداخله تأثیر کلیسم و ویتابین

<table>
<thead>
<tr>
<th>شدت علائم</th>
<th>درمان قبل از مصرف</th>
<th>بعد از مصرف</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>علائم خفیق</td>
<td>60%</td>
<td>70%</td>
</tr>
<tr>
<td>علائم رفتاری</td>
<td>40%</td>
<td>30%</td>
</tr>
<tr>
<td>علائم جسمی</td>
<td>20%</td>
<td>25%</td>
</tr>
</tbody>
</table>


t = \frac{7}{10} \times 2.326 = 1.65 \times 2.326 = 3.83

df = 8

* p = .01

دارونا

* تفاوت معنی‌دار آماری وجود داشت

که میزان استرس ناشی از تحصیل نیز تقریباً در آنها یکسان است. هر چند از واحدهای مورد پژوهش سابقه زایمان نداشتند.

انتخاب تأثیر کلیسم و ویتابین E به عنوان سانترم قبل از قاعدگی با توجه به نتایج مثبت بررسی‌های انجام شده بر روی مصرف کلیسم و ویتابین E به تهیه‌ی وارزان و در سدترس بودن دو صورت گرفت تا در صورت بهتر بودن نتایج حاصل از ترکیب این دو، به عنوان یک روش ساده، مطمئن و بر عارضه به میانیان سانترم پیشنهاد گردید. زیرا علاطم این سانترم علاوه بر اختلال در کیفیت زندگی فرد، منجر به

بحث و نتیجه‌گیری

بر اساس منابع موجود در رابطه با سندرم قبل از قاعدگی متغیرهای مداخله گزیاد وجود دارد که بر روند این سندرم تأثیر می‌گذارند. از جمله این متغیرها می‌توان به سن، وضعیت تغذیه‌ای، چند‌زایی، محل سکونت و میزان استرس اشاره کرد که در این بررسی معنی شد تا حد امکان کنترل و حذف شوند. به این منظور نمونه‌ها از میان دانشجویان خواهان‌کرده که از محل سکونت و تغذیه‌گذرا یکسانی برخوردار هستند، انتخاب شدند. ضمناً با توجه به این که همه افراد مورد پژوهش دانشجوی از دانشگاه فردی باید از این شد.

دوره ۲۳ / شماره ۶۵ / شهریورماه ۱۳۸۹

نشریه پرسپتاری ایران

۱۱
در گروه‌های بین فرودی و اجتماعی شده و فرد را مزیوی می‌کنند.

در این تحقیق دارویی نمک به کاهش ۳۰ درصدی شدت سندروم قبل از قاعدگی شده است که به نتایج مطالعات قبلی در خصوص تأثیر ۳۰ درصدی دارویی یافتگان دارد که احتمال مود ناشی از روش مصرف دارویی بود.

با توجه به نتایج جدول شماره (۱) و مقایسه اطلاعات قبل و بعد از مداخله توم کلسیم و ویتامین E، عدم ای از واحدی در مورد مطالعه نمک می‌تواند بود. در مجموع شدت سندروم قبل از قاعدگی به نمایان بیشتر از ۵۶ درصد کاهش داده شد. در رابطه با این مصرف توم کلسیم و ویتامین E، مانند مطالعه ای انجام داده شده است (۴۹) که در پژوهشی که تأثیر مکمل ویتامین (E، بیوتین و کلسیم) و موارد ایجاد کرده‌اند، در رویکردی که به سیستم واکنش‌های متوافقان کلسیم و ویتامین E به تنهایی یا به داشتن سندروم قبل از قاعدگی دارد، با یافتن این تحقیقات و سیستم‌های در این میزان می‌توان از تجربیات توم کلسیم و ویتامین E در دو مطالعه پیش‌بینی و یکی از محدودیت‌های این مطالعه پیکسل نبود تعداد واحدهای مورد پژوهش در دو گروه نمونه که توم کلسیم و ویتامین E در دو گروه دارویی (۴۹) و توم کلسیم و ویتامین E نفر بودند که به دلیل ریزش نمونه‌ها در گروه دارویی بوده است.

همچنین در این تحقیق از پیروی نشانه‌های نشانه‌های مربوط به کاهش شده است که با توجه به تأثیر کربوهیدرات‌ها در بهبود سندروم قبل از قاعدگی (۱۹)، بیشترین نوع مورد تحقیقات بعدی به پیوستهای خاتمی جایگزینی شود.

**فهرست منابع**


**نشريه پرساري ايران**

**دوره ۲۳** شماره ۱۲ ۱۳۸۹/ شهریور ماه
Effect of combined calcium and vitamin E consumption on premenstrual syndrome

*Masoumeh pourmohsen MSc Akram Zoneamat Kermani MSc
Simin Taavoni MSc Agha Fatemeh Hosseini MS

ABSTRACT

Background and Aim: Premenstrual syndrome is a common disorder of premenopausal women affecting up to 95% of women. Sometimes psychological, behavioral and physical symptoms of premenstrual syndrome are so severe that interfere with normal life activities and interpersonal relationships. The aim of the study was to examine the effect of combined calcium and vitamin E consumption on premenstrual syndrome in female students of Iran University of Medical Sciences.

Material and Method: In this three-blinded randomized placebo controlled trial, 87 students with diagnosis of premenstrual syndrome were recruited and randomly allocated to either receiving combined calcium and vitamin E or placebo. They completed rating scale of premenstrual syndrome parallel to three cycles of menstruation before intervention and three cycles of menstruation during drug consumption. Paired t-test and independent t-test were used to analyze data.

Results: The findings showed that severity of symptoms reduced in 56% of students consuming combined calcium and vitamin E and completely disappeared in some cases. Placebo caused 30% reduction in symptoms. Statistically significant differences were found between treatment and placebo groups (p=0.003, df=86, t=2.10).

Conclusion: Combined calcium and vitamin E consumption was effective to reduce symptoms of premenstrual syndrome. More studies in this field is recommended to find out the effect of daily consumption of combined 1000 mg calcium and 400 UI vitamin E by women who suffer from premenstrual syndrome in order to promote their quality of life.

Keywords: Premenstrual syndrome - Combined calcium and vitamin E - Psychological and behavioral symptoms - Physical symptoms

Received: 2 Mar 2009
Accepted: 11 Jun 2010

◆This article has been excerpted from MS dissertation
1 MSc Graduate in Midwifery, School of Nursing and Midwifery, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran (Corresponding Author), tel: 01317221761 E-mail: m_v_p_kh@yahoo.com
2 Senior Lecturer in Maternity Health, School of Nursing and Midwifery, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
3 Senior Lecturer in Midwifery, School of Nursing and Midwifery, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
4 Senior Lecturer in Medical Statistics, School of Management and Medical Information, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran