اثرات تجویز توم کلیسی و ویتامین E بر سندروم قبل از تابعیت

• مصوبه پورمحسن، اکرم ذهنی، کرم‌امیری، سیمین تعاونی، آغا فاطمه جهانی

چکیده
زمید و هدف: سندروم قبل از تابعیت یک اختلال شایع در زنان جوان و میانسال است که بیش از 95 درصد آنان را تمران می‌کند. کاهش علائم خلقی، رفتاری و جسمی این سندروم شاید در مانع درمان‌های معمول و نیز باعث اختلال در روابط بین فردی‌ها و خانواده‌ها. با توجه به گزارش‌هایی که در مورد اثرات کلیسی و ویتامین E بر کاهش علائم سندروم قبل از تابعیت وجود دارد، این مطالعه با هدف بررسی اثرات تجویز توم کلیسی و ویتامین E بر روی علائم سندروم قبل از تابعیت در دانشجویان دختر دانشگاه علوم پزشکی ایران صورت گرفت.

روش پژوهشی: این مطالعه به روش کار، آزمایش سرویس کرده بود. در این مطالعه، دانشجویان دختر دانشگاه علوم پزشکی ایران انتخاب شدند. تشخیص این سندروم طبق نظر انگمن زنان و مامایی آمریکا (ACOG) بر اساس وجود دلایل یک علائم خلقی و یک علت جسمی از مجموع علائم روانی و جسمی (PMS) این سندروم صورت گرفت. افراد مورد پژوهش به مدتها سیکل متوالی پرستارانه و روانی، پس از واکنش گرفتن، خستگی و اضطراب محسوس یا دارونامه (2000 میلی گرم پودر ناشتا) در ابتدا اندازه‌گیری شدند و بعد از گرفتن و دارونامه به مدتها سیکل متوالی در طی پنج روز قبل از عادت ماده‌ها، دارو را صرف کرده و هم‌زمان پرسشنامه PMS را ثبت نمودند. تغییرات ایجاد شده در دو روز به آزمون یک روز و پاسخ مرد تجربه و شناسایی آماری قرار گرفت.

یافته‌ها: این پژوهش، در گروه تجویز توم کلیسی و ویتامین E در دو بستر از 30 و 50 درصد موارد شدت سندروم کاهش یافت و در موارد ممکن کاهش کامل یافت. این به نشان از این نیست که بیش از 30 درصد موارد دارونامه به مدت پنج روز قبل از دارونامه گرفتن، پیشنهادات ایجاد شده در دو روز به آزمون یک روز و پاسخ مرد تجربه و شناسایی آماری قرار گرفت.

نتیجه‌گیری: کلیه گروه‌های تجویز توم کلیسی و ویتامین E در مقایسه با دارونامه به تحقیق کاهش توجه (50% درصد) سندروم قبل از تابعیت داشته و این سندروم را کاهش داده و به این ترتیب، کفیت زندگی آنان را به‌آتش خوراکی

کلید واژه‌ها: سندروم قبل از تابعیت - پیشگیری - علائم خلقی - علائم روانی

تاریخ دریافت: 87/12/12
تاریخ پذیرش: 89/2/21

(نحوه تهیه نامناسب، استخراج نهایت است)
عملیات بالینی و یوتاپیم E بر سندروم قبل از قاقدگی

که درمان مکمل‌ها بی‌خطر و کم‌هزینه بوده و بر اساس شواهد موجود ممکن است تأثیراتی بر بهبود سندروم داشته باشد.

روش پزشکی

این مطالعه به روش مداخته‌ای بر روی 87 دانشجو انجام شد که 47 نفر در گروه کنترل و 40 نفر در گروه دارونا بودند. علائم عصبی حالتی و ریزش نمونه‌ها بوده است.

معیار تشخیص سندروم در این پروتکل طبق نظر انجمن روابط‌پژوهان آمریکایی (APA) و مطالعه PMS جسمی، عصبی و روانی گرفته شده که به صورت آینده، نگر در سیستم متمول باید چنین علایم در پرسشنامه مخصوص گذشت در علائم دیگری تشخیص داده می‌شود.

Premenstrual profile

در سال 2005، شرکت دسته علائم خلق مغز تازه‌تازی و ادم که عادی که علائم خلقی، رفتاری و جسمی است و توسعه طراحی شده است. مورد استفاده قرار گرفته‌است. این مطالعه شامل شش گروهی از 87 نفر بود که بیش از 800 نفر در گروه مورد استفاده قرار گرفته. به طور کلی، علائم دیگر نشان داده شده است که ممکن است تأثیراتی بر بهبود بیماری داشته باشد.

هدف همچنین به علت زیاد کرووه حیاتی کاری کاهش کاری و کاهش علائم تحت‌الحمایه دانشجویان دارای پیامدهای اجتماعی نیز می‌باشد. مطالعات سابق در تغییرات در پیامدهایی از GNRH آکوینت‌های های و ضد افسردگی های سه حلقهی از جمله درمان های پیشنهادی برای این سندروم بیشتر نشان داده شده است.

منطوقات این پژوهش می‌تواند در تنظیم مکمل‌های جسمی و مشخصات بیشترین ارزیابی بین اختلال و انتقال دیده شود. ممکن است تأثیراتی بر بهبود بیماری داشته باشد.

تشخیص داده شده می‌تواند در تغییرات در پیامدهایی از GNRH آکوینت‌های های و ضد افسردگی های سه حلقهی از جمله درمان های پیشنهادی برای این سندروم بیشتر نشان داده شده است.
دانشجویان در مورد روش کار و نیاز به مصرف تأمین E و کلسیم و یا دارویان در صورت نارضایتی این مطالعه PMS وکسب رضایت آنها جهت شرکت در مطالعه، پرسشنامه PMS بین حداکثر ۱۵۰ نفر از دانشجویان توزیع شد و از آن آنوازه شد. در تعداد ۱۲۰ نفر ۱۵۰ نفر از عنوان دریافت گرفته. سپس دارویان (۵۰ نفر) گزارش دادند. سپس دارویان (۵۰ نفر) قرار گرفتند. سپس دارویان (۵۰ نفر) قرار گرفتند.

مقدارت تأمین اکثریت اکثریت اکثریت بسیار اساس اساس احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود ااز علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از علائم بسیار احساس خود از عال
نمودار شماره 1- مقایسه میانگین شدت سندرم قبل از قاعدگی، به تفکیک گروه درمانی قبل و بعد از مداخله در دو گروه دارونما و توان

جدول شماره 2- مقایسه میانگین و انحراف میانگین سندرم قبل از قاعدگی در دو گروه (توان کلسیم و ویتامین E) درونا بعد از مداخله

<table>
<thead>
<tr>
<th>میانگین انحراف میانگین و انحراف معیار سندرم بعد از مداخله</th>
<th>میانگین انحراف میانگین و انحراف معیار سندرم قبل از مصرف</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>دارونا</td>
<td>توان کلسیم و ویتامین E</td>
</tr>
<tr>
<td>9.06 ± 6.78</td>
<td>9.06 ± 6.78</td>
</tr>
<tr>
<td>210</td>
<td>210</td>
</tr>
<tr>
<td>87</td>
<td>87</td>
</tr>
</tbody>
</table>

* p = 0/003

بحث و تنبیه گیری

بر اساس منابع موجود در رابطه با سندرم قبل از قاعدگی متغیرهای مداخله گزیده و وجود دارند که بر رویدارند سندرم تأثیر می‌گذارند (1،2). از جمله این متغیرها می- توان به سوی، وضعیت تشغیبی، بدن، تاریکی سطح و پر و واقعیت قاعدگی سنجی گردید که در این بررسی مورد توجه و در پیشنهاد داده شد. در این مطالعه میانگین سندرم قبل از قاعدگی در دو گروه دارونما و توان کلسیم و ویتامین E وجود دارد. به عبارتی به مدت سه ماه قبل از تجویز دارونما، برخورد به مصرف گروه دارونما توجه به

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

انتخاب توان کلسیم و ویتامین E به توجه به نتایج مثبت بررسی‌های انجام شده بر روی مصرف کلسیم و ویتامین E به تهیه و ارزان و در دسترس بودن و ارائه گرفت تا در صورت بیشتر بودن نتایج حاصل از ترکیب این دو، به عنوان یک روش ساده، مطمئن و ارگانیکا به میزان سندروم پیشنهاد گردید. برای علاقه‌ای این این سندرم علاوه بر اختلال در کیفیت زندگی فردی تجربه به

دوره 13/ شماره 5 / شهریورماه 1389

11 نشریه پرستاری ایران
مهمکاران در بررسی اثر کلسیم بر سندرم قبل از فاقدگی کاهش می‌یابند (١) . در این تحقیق دارونما نمره با کاهش ٣٠ درصدی شدت سندرم قبل از قاعدگی شده است. به اثبات می‌رسد که درد حاضر و افزایش در علائم سندرم بعد از مداخله توم کلسیم و ویتامین E از این موج افزایش است. در میزان متوسط سندرم به سمت نزدیک گرافش مورد مطالعه از نوع شدید سندرم به سمت شدید سندرم دانش دانش‌آمیختگی که درمان‌گر کاهش شدید سندرم بعد از مداخله توم می‌باشد. از این بررسی مصرف توم کلسیم و ویتامین E نمره با کاهش ٣٠ درصد علائم خلیقی و ٤٩ درصد علائم رفته‌و رفته و ٥٩ درصد کاهش علائم جسمی شده است. در مجموع شدت سندرم قبل از قاعدگی را به میزان بیشتر از ٥٦ درصد کاهش داده است. در رابطه با مصرف توم کلسیم E و ویتامین A، تا کنون مطالعه‌ای انجام شده است. اما در پژوهشی که در کانادا (١٩٨٧) با هدف بررسی تأثیر مکمل ویتامین E، C، B، A و مواد معنی‌دار کلسیم و میتیمیم بر سندرم قبل از قاعدگی در زنان ٤٤–٤٨ ساله انجام داده‌اند، پس از مصرف این مکمل کاهش علائم سندرم قبل از قاعدگی مشاهده گردیده‌است. (١٩) که با نتایج پژوهش حاضر مطابقت دارد.

طراحی و نشر

هربی اجرایی این طرح از اعتراض‌های دانشگاه علوم پزشکی ایران تأمین شده است. بدن و سلیقه از معاونت محترم پژوهشی دانشگاه تربیت و تقریباتی می‌شود.

فهرست منابع


دوره ۱۲۳ شماره ۶۵ / شهریور ماه ۱۳۸۹

نشریه پرسارای ایران


Effect of combined calcium and vitamin E consumption on premenstrual syndrome

*Masoumeh pourmohsen1 MSc Akram Zoneamat Kermani2 MSc
Simin Taavoni3 MSc Agha Fatemeh Hosseini4 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 interferes 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 of 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