

عنوان مقاله:

نقش ویتامینها و املاح در سندرم پیش از قاعدگی؛ یک مطالعه مرور نقلی

محل انتشار:

مجله زنان، مامایی و نازایی ایران، دوره 25، شماره 1 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

دکتر مریم فرهمند - استادیار، گروه اندوکرینولوژی تولید مثل، مرکز تحقیقات اندوکرینولوژی تولید مثل، پژوهشکده علوم غدد درون ریز و متابولیسم، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.

دکتر فهیمه رضانی - استادیار، گروه اندوکرینولوژی تولید مثل، مرکز تحقیقات اندوکرینولوژی تولید مثل، پژوهشکده علوم غدد درون ریز و متابولیسم، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.

دکتر مرضیه ساعی قره ناز - محقق بسا دکترا، رشته بهداشت باروری، مرکز تحقیقات اندوکرینولوژی تولید مثل، پژوهشکده علوم غدد درون ریز و متابولیسم، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: سندرم پیش از قاعدگی، یکی از شایع ترین اختلالات قاعدگی زنان در سنین باروری است. این سندرم بر کیفیت زندگی زنان مبتلا تاثیر می گذارد و باعث کاهش کارایی آنان می شود. از طرفی علت اصلی آن شناخته نشده است و عوامل مختلف از قبیل سبک زندگی، نوع تغذیه و هورمون ها بر آن موثر است. از آنجا که ویتامین ها و املاح، به عنوان عوامل اثرگذار احتمالی بر شدت علائم این سندرم مطرح شده اند، لذا مطالعه حاضر با هدف جمع بندی یافته های مطالعاتی که به بررسی اثر ویتامین ها و املاح بر علائم سندرم پرداخته اند، انجام گرفت. روش کار: در این مطالعه مرور نقلی جهت یافتن مقالات مرتبط، پایگاه های اطلاعاتی PubMed، SID، Google scholar با استفاده از کلمات کلیدی منتخب شامل: سندرم پیش از قاعدگی، علائم سندرم قبل از قاعدگی، املاح و ویتامین ها از سال ۱۹۸۰-۲۰۲۰ مورد جستجو قرار گرفتند و مقالات کارآزمایی بالینی و مروری منتخب که منتشر شده بودند، انتخاب شدند و زبان پذیرش مقالات تنها انگلیسی و فارسی بود. یافته ها: برخی ویتامین ها شامل E، D، B6 و املاحی مانند منیزیم، کلسیم و روی باعث کاهش علائم سندرم می شوند. نتیجه گیری: با توجه به این امر که مصرف بهینه ویتامین ها و املاح، باعث ارتقاء سلامت عمومی می گردد، نتایج این مطالعه نقلی، با شناسایی چالش های موجود در این زمینه، منجر به شناخت و بهره گیری از املاح و ویتامین های موثر، در جهت کاهش علائم سندرم پیش از قاعدگی می شود.

کلمات کلیدی:

املاح، سندرم پیش از قاعدگی، علائم سندرم قبل از قاعدگی، ویتامین ها

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1439253>

