

## عنوان مقاله:

بررسی تاثیر مکمل ویتامین D و E بر ناباروری زوجین

## محل انتشار:

ششمین کنفرانس بین المللی زنان، زایمان، ناباروری و بهداشت روانی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

نقیسه ربانی - مرکز تحقیقات سلامت جامعه، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان خوراسگان، اصفهان، ایران

حدیثه موید - مرکز تحقیقات سلامت جامعه، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان خوراسگان، اصفهان، ایران

## خلاصه مقاله:

مقدمه: ناباروری به ناتوانی در بارداری بعد از یک سال مقاربت منظم بدون استفاده از روش های پیشگیری از بارداری گفته میشود. عوامل متعددی از جمله شیوه زندگی، ژنتیک، استرس، تغذیه و بیماری های عفونی می تواند در ناباروری زوجین تاثیرگذار باشد. براساس مطالعات متعدد، مصرف ویتامین D و E می تواند بعنوان آنتی اکسیدان های مناسب نقش مهمی در عملکرد قلبو مغز، سیستم گردش خون، دستگاه تنفس و سیستم تولید مثل داشته باشد. با توجه به شیوه ع بالای کمبود ویتامین ها و پیامدهای منفی حاصل از ناباروری، هدف از این مطالعه بررسی تاثیر مکمل ویتامین D و E در ناباروری زوجین می باشد. روش مطالعه: در این مطالعه مروری ۴۶ مقاله با کلی دواژه های ناباروری، باروری، مکمل ، ویتامین E و ویتامین D در پایگاه های بین المللی Web ، PubMed ، GoogleScholar ، SID ، Of Sience و MagIRAN یافت شد. بعد از ارزیابی معی اراهیورود و خروج براساس چک لیست ۳۴ مقاله از سالهای ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۱ مطالعه و داده ها استخراج گردید. یافته ها: مطالعات انجام شده نشان می دهند که مصرف ویتامین E و D ، تاثیر بسزایی در باروری زوجین دارد. تاثیر ویتامین D و E در زنان باعث افزایش خون رسانی به اندومتر، بالا رفتن شانس لانه گزینی و همچنین موفقیت در IVF می شود. در مردان نیز مصرف ویتامین D و E باعث تحرک بیشتر اسپرم، بالا رفتن شانس زنده ماندن اسپرم تا زمان لقاح و افزایش شانس باروریمی شود. نتیجه گیری: اکثر مطالعات نقش ویتامین ها و مکمل ها را بر وضعیت باروری سالم زوجین به اثبات رسانده اند . بنابراین برنامه های تغذیه ای صحیح، آموزش و آگاهی به زوجین در مورد شیوه مصرف مکمل ها نقش موثری در باروری آن ها دارد. پیشنهاد می شود جهت دستیابی به نتایج سودمند، مطالعات کارآزمایی بالینی بیشتری در این زمینه انجام شود.

## کلمات کلیدی:

ناباروری، باروری، مکمل ، ویتامین E ، ویتامین D

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1470836>

