

عنوان مقاله:

تاثیر مکمل یاری عصاره میوه انار بر روی شاخص های التهابی، چربی های خون و شاخص های گلیسمی در افراد دارای اضافه وزن و چاقی: کارآزمایی بالینی تصادفی شده

محل انتشار:

مجله دانشگاه علوم پزشکی قم، دوره 13، شماره 8 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

میثم زارع زاده - Department of Cellular & Molecular Nutrition, Faculty of Nutritional Sciences & Dietetics, Tehran University of Medical Sciences

احمد ساعدی ومعه علیا - Department of Cellular & Molecular Nutrition, Faculty of Nutritional Sciences & Dietetics, Tehran University of Medical Sciences

بنفشه حسینی - Department of Cellular & Molecular Nutrition, Faculty of Nutritional Sciences & Dietetics, Tehran University of Medical Sciences

محمدرضا امامی - Department of Clinical Nutrition, Faculty of Nutritional Sciences & Dietetics, Tehran University of Medical Sciences

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: در مطالعات مختلف، اثرات متعدد آنتی اکسیدانی عصاره انار گزارش شده است. مطالعه حاضر با هدف تعیین تاثیر ۳۰ روزه مکمل خوراکی عصاره انار بر روی شاخص های التهابی، چربی های خون و شاخص های گلیسمی در افراد دارای اضافه وزن و چاقی انجام شد. روش بررسی: در این مطالعه تصادفی دو سوکور و کنترل شده با دارونما، ۴۸ شرکت کننده چاق و دارای اضافه وزن به طور تصادفی (جهت دریافت ۱۰۰۰ میلی گرم عصاره انار یا پلاسبو به مدت ۳۰ روز) از بین افراد بزرگسال (سن ۶۰-۳۰ سال) با شاخص توده بدنی ۲۵-۴۰ طی یک فراخوان انتخاب شدند. در شروع مطالعه و پس از ۳۰ روز درمان، شاخص های تن سنجی شامل: دریافت غذا، غلظت پلاسمایی مالون دی آلدئید (MDA)، اینترلوکین-۶ و پروتئین واکنشگر-C با حساسیت بالا (hs-CRP) و سطح لیپید، گلوکز و انسولین سرم بررسی گردید. داده ها با استفاده از آزمون های تی تست مستقل و وابسته آنالیز شدند. یافته ها: در این مطالعه، ۳۰ روز مکمل یاری با عصاره انار باعث کاهش معنی داری در میزان سرمی گلوکز، انسولین، کلسترول تام، لیپوپروتئین با چگالی پایین (LDL، MDA، IL-6، hs-CRP) و همچنین لیپوپروتئین با چگالی بالا (HDL)، به طور معنی داری پس از مکمل یاری با عصاره انار در مقایسه با گروه دارونما افزایش یافت. نتیجه گیری: مکمل یاری با عصاره انار می تواند با کاهش دادن التهاب سیستمیک و کاهش چربی های خون، در کاهش عوارض مرتبط با چاقی و اضافه وزن موثر باشد؛ بنابراین انجام کارآزمایی های بالینی با حجم نمونه بالاتر جهت اثبات این اثرات ضروری به نظر می رسد.

کلمات کلیدی:

Punicaceae, Obesity, Inflammation, Lipid peroxidation, Randomized clinical trial, عصاره انار، چاقی.

التهاب، پراکسیداسیون لیپیدی، کارآزمایی بالینی تصادفی شده

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1534745>

