

## عنوان مقاله:

نقش تغذیه در سلامت زنان مبتلا به سندرم تخمدان پلی کیستیک - یک مطالعه مروری نقلی

## محل انتشار:

دهمین کنفرانس بین المللی یافته های نو در مامایی، زنان، زایمان و نازایی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

مریم انصاری مجد - کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی، عضو کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

زینب حمزه گردشی - استاد، مرکز تحقیقات سلامت باروری و جنسی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

صغری خانی - دانشیار، مرکز تحقیقات سلامت باروری و جنسی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

## خلاصه مقاله:

مقدمه: شایع ترین اختلال اندوکراین در زنان سنین باروری سندرم تخمدان پلی کیستیک است که جزء بیماریهای چند عاملی بوده و عوامل ژنتیکی و محیطی با هم در ایجاد آن دخیلند. با توجه به اینکه چاقی پرعارضه ترین معضل این بیماری می باشد، این مطالعه به مرور نقش تغذیه در سلامت زنان مبتلا به سندرم تخمدان پلی کیستیک می پردازد. روش کار: جستجو با واژگان کلیدی Nutrition ' Diet ' Polycystic Ovary Syndrome' PCO' Hyper Androgenism Minerals

'Vitamins و Herbals و معادل فارسی آنها در بانک اطلاعاتی Science ' Pub Med' Google Scholar' از سال ۲۰۰۹ تا ۲۰۲۳ انجام شد. یافته ها: نتایج مرور پژوهش های مرتبط با نوع تغذیه و مواد غذایی مفید در زنان مبتلا به سندرم تخمدان پلی کیستیک در سه طبقه ی کلی تحت عنوان: الف) رژیم های غذایی (با محتوا و کالری متفاوت)، ب) ویتامین ها و مواد معدنی و ج) گیاهان دارویی دسته بندی شد. نتیجه گیری: استفاده از رژیم های غذایی با مقدار پروتئین بیشتر و کالری کمتر در همراهی با سبزیجات و میوه ها و مصرف برخی عناصر معدنی و ویتامین ها و گیاهان دارویی شناخته شده، در کاهش وزن بیماران و کنترل علائم آزاردهنده این بیماری مفید تشخیص داده شده است.

## کلمات کلیدی:

سندرم تخمدان پلی کیستیک، رژیم غذایی، تغذیه، ویتامینها، عناصر معدنی، گیاهان دارویی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1741330>

