

عنوان مقاله:

بررسی میزان اثربخشی دم کرده گیاه بابونه (chamomile) در کاهش درد قاعدگی در دوگر از دانشجویان دانشکده پرستاری لار در سال 95

محل انتشار:

اولین همایش ملی فیتوشیمی گیاهان دارویی، ارتقاء سلامت و تجارت (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

محمدرضا فروتنی - عضو هیات علمی گروه پرستاری، دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان. لارستان. ایران

زهره فرامرزیان - عضو هیات علمی گروه پرستاری، دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی لارستان. لارستان. ایران

منصوره محمدی - دبیر آموزش و پرورش. اداره آموزش و پرورش لارستان

خلاصه مقاله:

قاعدگی دردناک، عارضه ایی است که بیش از نیمی از زنان در طول زندگی خود آنرا تجربه می کنند. در برخی موارد؛ شدت این عارضه محدودی است که کار و تلاش روزانه شخص را تحت الشعاع خود قرار می دهد. استفاده از داروهای مختلف از جمله گیاهان دارویی؛ یکی از روش های کاهش درد قاعدگی است. از آنجایی که گل های بابونه حاوی اسانس روغنی آنته مین (Anthemine)، تانن فیتواسترول و همچنین ماده ای تلخ به نام اسید آنته میک Anthemique Acid می باشد؛ احتمالا اثر بخشی را در تنظیم هورمون ها و کاهش درد قاعدگی دارد. هدف از این مطالعه؛ بررسی اثربخشی گیاه بابونه در کاهش درد قاعدگی است. در این مطالعه؛ ابتدا تعداد 60 نفر از دختران دانشجو را که قاعدگی دردناک داشتند شناسایی و سپس آنها، به دو گروه مورد مطالعه و گروه شاهد تقسیم شدند. در گروه مطالعه روزانه گرم دم کرده گیاه بابونه را یک روز قبل از شروع قاعدگی تا پنج روز بعد و در طول دوره قاعدگی به افراد خوراندند. در گروه شاهد داروی گیاهی تجویز نشد. داده ها با استفاده از تست های آماری توصیفی و تحلیلی بررسی شدند. نتایج نشان می دهد؛ تعداد 20 نفر (66/7 درصد) از دانشجویان گروه مطالعه کاهش درد قاعدگی را بعد از تجویز دم کرده گیاه بابونه تجربه کردند. تعداد 6 نفر (20 درصد) دم کرده بابونه را در کاهش درد قاعدگی خود بی تاثیر و تعداد 4 نفر (13/3 درصد) قادر به ایجاد تفکیک بین موثر یا غیر موثر بودن داروها نبودند. در گروه شاهد نیز کاهش درد وجود داشت که در اثر استفاده از داروهای شیمیایی بود. اختلاف معنی داری میان کاهش درد و مصرف داروهای گیاهی و شیمیایی دیده نشد. بحث و نتیجه گیری: امروزه؛ استفاده از گیاهان دارویی توسعه زیادی یافته است. در این مطالعه؛ دم کرده گیاه بابونه؛ در کاهش درد قاعدگی افراد موثر بوده است. تجویز داروهای گیاهی بصورت مداوم همراه با؛ استحمام، ورزش، بهبود تغذیه و حمایت روحی زنان؛ در کاهش درد قاعدگی موثر واقع خواهد شد. انتخاب و معرفی گیاهان موثر، در کاهش مصرف بی رویه داروهای شیمیایی تاثیر بسزایی خواهد داشت.

کلمات کلیدی:

گیاه بابونه، درد قاعدگی، دختران، لارستان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/913637>

