



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

بررسی تاثیر عصاره مریم گلی بر تعریق و گرگرفتگی زنان یائسه

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد مامایی

استاد راهنما : هما صادقی اول شهر
استاد مشاور : زهرا بهبودی ، سعید گودرزی
استاد آمار : حمید حقانی

دانشجو : مهناز بخشی

خرداد ماه ۱۳۹۲

چکیده :

بررسی تاثیر عصاره مریم گلی بر تعریق و گرگرفتگی زنان یائسه

زمینه و هدف : گرگرفتگی یکی از شایع ترین مشکلات زنان در دوران یائسگی است و ممکن است اثرات نامطلوبی بر کیفیت زندگی آنان اعمال نماید . نگرانی های مربوط به عوارض هورمون درمانی جایگزینی موجب افزایش تمایل به تحقیق در مورد درمان های جایگزین از جمله گیاه درمانی در این زمینه شده است . این مطالعه با هدف بررسی تاثیر عصاره مریم گلی بر تعداد دفعات ، طول مدت و شدت گرگرفتگی و شدت تعریق زنان یائسه انجام شد .

مواد و روش ها : این پژوهش از نوع کار آزمایشی بالینی تصادفی کنترل شده بود . نمونه ها به صورت تصادفی با روش سه سو کور (عدم اطلاع بیماران ، پژوهش گر و مشاور آمار از نحوه تخصیص گروه ها تا زمان پایان تجزیه و تحلیل داده ها) در دو گروه درمان با عصاره گیاه مریم گلی و دارو نما قرار گرفتند . شرکت کنندگان شامل ۸۴ زن ۴۵ تا ۶۰ ساله واجد معیار های پژوهش مراجعه کننده با شکایت گرگرفتگی و تعریق به مرکز بهداشتی و درمانی شماره ۱ شهرستان لاهیجان در پاییز سال ۱۳۹۱ بودند . متغیر های مورد پژوهش تعداد دفعات ، طول مدت و شدت گرگرفتگی و شدت تعریق بود که با استفاده از چک لیست ثبت گرگرفتگی ها و تعریق به صورت خود گزارش دهی توسط شرکت کنندگان یک هفته قبل از مداخله و ۸ هفته پس از شروع مداخله (که شامل مصرف روزانه یک عدد کپسول ۱۰۰ میلی گرمی عصاره مریم گلی یا کپسول های دارو نما بود) مورد ارزیابی قرار گرفت .

یافته ها : هر دو گروه از نظر مشخصات جمعیت شناختی (به جز وضعیت اشتغال و شاخص توده بدنی) همگن بودند . همچنین دو گروه از نظر میانگین تعداد ، طول مدت و شدت گرگرفتگی و شدت تعریق قبل از مداخله همسان بودند . پس از ۸ هفته مداخله ، میانگین متغیر های مورد مطالعه در هر دو گروه کاهش یافت ($p < 0.05$) . کاهش در تعداد و شدت گرگرفتگی و شدت تعریق در گروه مداخله (مریم گلی) از نظر آماری به طور معناداری بیش از گروه کنترل بود .

نتایج : در این پژوهش تاثیر مصرف ۸ هفته عصاره مریم گلی و دارو نما بر کاهش تعداد دفعات و شدت گرگرفتگی و شدت تعریق مشهود بود . این تاثیر در در گروه مریم گلی مشهود تر بود . لذا می توان از این گیاه بومی و ارزان در تخفیف تعداد و شدت گرگرفتگی و شدت تعریق زنان یائسه استفاده نمود .

واژگان کلیدی : گرگرفتگی ، یائسگی ، مریم گلی ، تعریق.



Tehran University of Medical Sciences

Faculty of Nursing and Midwifery

Thesis

Effect of sage extract on hot flashes and sweating in postmenopausal women

Supervisor: Homa Sadeghi Avval Shahr

Advisor 1: Zahra Behboodi

Advisor 2: Saeid Goodarzi

Statistics Advisor: Hamid Haghani

Student: Mahnaz Bakhshi

May- 2013

Abstract

Effect of sage extract on hot flashes and sweating in postmenopausal women

Back ground: Hot flashes is the most common problem in postmenopausal women, which may have adverse effects on their quality of life . Concerns about the effects of hormone replacement therapy has been increased the desire to investigate alternative treatments such as herbal therapy for this problem . This study aimed to evaluate the effect of sage extract on frequency, severity and duration of hot flashes and severity of night sweat in postmenopausal women.

Method: This study was a randomized controlled trial . Using a triple-blind design (participants and researcher blind to group assignment and data analyst blind to groups until after initial analyses) , participants were assigned randomly to sage extract or identical placebo. Participants included 84 women aged 45 to 60 referred to the Health Center of Branch No. 1 of Lahijan with complain of hot flashes and night sweat in the fall of 1391. The main variables of this study were the frequency, severity and duration of hot flashes and severity of night sweat . Participants using a hot flash check list ,recorded their frequency, severity and duration of their hot flashes and severity of night sweat in 1 week before and 8 weeks after the beginning the intervention. (daily intake of 100 mg capsules of sage extract or identical placebo capsules) .

Results: The two groups were similar in terms of the mean number of hot flashes and night sweat before the intervention. After 8weeks of intervention the mean number of hot flashes and night sweat decreased in both groups ($p<0.05$). But statistically significant difference was found between the participants' pre-intervention and post-intervention in sage group.

Conclusion: This study showed that both the sage extract and placebo were effective in reducing the frequency and severity of hot flashes and night sweat but the sage was more effective. Therefore this native and cheap plant can be used for this common problem of postmenopausal women.

Key words: Hot flashes , Menopause , Sage , Sweating .