



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشت درمانی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

بررسی تأثیر زنجبیل و کورکومین بر شدت علائم سندرم قبل از قاعدگی

پایان نامه برای دریافت مدرک کارشناسی ارشد در رشته مامایی گرایش جامعه نگر

استاد راهنما: سرکار خانم معصومه خیرخواه
استاد مشاور: سرکار خانم دکتر زهرا بهبودی مقدم
استاد مشاور آمار: جناب آقای دکتر امیرکسائیان
مشاور افتخاری: جناب آقای دکتر حامد فنائی
مشاور طب سنتی: جناب آقای دکتر علی محمد رنجبر جمال آبادی

نگارش: سمیرا خیاط

بهمن ۱۳۹۲

چکیده:

زمینه و هدف: اغلب زنان در سنین باروری سندرم قبل از قاعدگی را تجربه می کنند. روش های مختلفی برای درمان این سندرم مطرح شده و مصرف گیاهان دارویی یکی از این روش ها است. این مطالعه با هدف تعیین تأثیر زنجبیل و کورکومین بر شدت علائم سندرم قبل از قاعدگی انجام شد.

روش تحقیق: در این کارآزمایی بالینی دو سو کور، ۱۰۵ نفر از دانشجویان دارای علائم سندرم قبل از قاعدگی به صورت تصادفی به گروه های دریافت کننده زنجبیل، کورکومین و دارونما تقسیم شدند. شرکت کنندگان از هفت روز قبل از قاعدگی تا ۳ روز پس از قاعدگی به مدت ۳ سیکل، روزانه دو کپسول دریافت کردند و شدت علائم خود را توسط پرسشنامه ثبت روزانه شدت علائم، ثبت نمودند. داده های قبل از مداخله و ۱، ۲ و ۳ ماه پس از مداخله توسط آزمون های آنالیز واریانس، آنالیز واریانس اندازه گیری های مکرر تحلیل شدند. جهت تجزیه و تحلیل از نرم افزار SPSS-۱۶ استفاده شد و $P < 0.05$ معنی دار تلقی شد.

نتایج: فراوانی سندرم قبل از قاعدگی در مطالعه حاضر ۶۵/۷۱٪ بود. میانگین شدت علائم سندرم قبل از قاعدگی قبل از مداخله در سه گروه مشابه بود [۱۱۰/۱۵ ± ۳۰/۷۷] در گروه زنجبیل، ۱۰۳/۶۵ ± ۳۹/۱۸ در گروه کورکومین و ۱۰۶/۷ ± ۴۴/۶۴ در گروه دارونما ($P > 0.05$)، اما پس از ۱ ماه مداخله [در گروه کورکومین ۵۱/۱۸ ± ۳۲/۷۶ در گروه زنجبیل، ۵۳/۱۹ ± ۲۱/۷۹ در گروه کورکومین و ۴۰/۱۳ ± ۹۳/۷۲ در گروه دارونما] ($P < 0.001$)، ۲ ماه مداخله [(۴۹/۴۸ ± ۳۳/۱۲) در گروه زنجبیل، ۱۹/۱۳ ± ۴۲/۱۶ در گروه کورکومین و ۹۱/۳۶ ± ۴۹/۱۳ در گروه دارونما] ($P < 0.001$) و ۳ ماه مداخله [(۴۷/۰۶ ± ۳۳/۴) در گروه زنجبیل، ۲۹/۷۴ ± ۱۱/۶ در گروه کورکومین و ۹۱/۴۵ ± ۵۰/۴۹ در گروه دارونما] ($P < 0.001$) تفاوت های معنی داری بین گروه ها وجود داشت. همچنین تفاوت آماری معنی دار بین اثرات زنجبیل و کورکومین در ماه های ۱، ۲ و ۳ پس از مداخله وجود نداشت (به ترتیب $p = 0.096$ ، $p = 0.069$ ، $p = 0.013$).

نتیجه گیری: زنجبیل و کورکومین در کاهش شدت علائم خلقی، جسمانی و رفتاری سندرم قبل از قاعدگی مؤثرند. نتایج مطالعه حاضر زنجبیل و کورکومین را به عنوان درمان سندرم قبل از قاعدگی پیشنهاد می کند.

واژه گان کلیدی: سندرم قبل از قاعدگی، زنجبیل، کورکومین، طب سنتی و طب گیاهی



**Tehran University of Medical Sciences
Nursing and Midwifery Faculty**

The impact of ginger and curcumin on Severity of premenstrual syndrome symptoms

Supervision:

Masoomeh Kheirkhah

By: Samira Khayat

February, ۲۰۱۴

Abstract

The impact of ginger and curcumin on severity of premenstrual syndrome symptoms

Background: Most women at reproductive ages experience the premenstrual syndrome (PMS). Different methods have been suggested for the treatment of this syndrome and one of them is using herbal medicine. This study was carried out to evaluate the effects of ginger and curcumin on severity of symptoms of PMS.

Materials and Methods: In this double-blind clinical trial, 100 students with PMS symptoms were randomly assigned to ginger, curcumin and placebo groups. Participants received two capsules daily from seven days before menstruation to three days after menstruation for three cycles and they recorded severity of the symptoms by Daily Record of Severity of Symptoms questionnaire. Data of before interventions and 1, 2 and 3 months after interventions were analyzed by ANOVA and repeated-measurement ANOVA. SPSS-16 software was used for analyses and $P < 0.05$ was considered significant.

Results: In this study 60/100% of participants had PMS. The mean of PMS symptoms severity were similar in three groups before the intervention [(110/100 ± 30/77 in ginger group, 103/60 ± 39/18 in curcumin group and 106/7 ± 44/64 in placebo group) $P = 0.79$], but 1 month after interventions [(51/18 ± 32/76 in ginger group, 53/19 ± 21/79 in curcumin group and 93/72 ± 40/13 in placebo group) $P < 0.001$], 2 month after interventions [(49/48 ± 33/12 in ginger group, 42/16 ± 19/13 in curcumin group and 91/36 ± 49/12 in placebo group) $P < 0.001$] and 3 month after interventions [(47/06 ± 33/4 in ginger group, 29/74 ± 11/6 in curcumin group and 91/40 ± 50/49 in placebo group) $P < 0.001$] there were significant differences between groups. Also, there were nonsignificant difference between effects of curcumin and ginger 1, 2 and 3 months after interventions (Respectively $p = 0.96$, $p = 0.69$ and $p = 0.13$).

Conclusion: Ginger and curcumin are effective in reduction of severity of psychological, physical and behavioral symptoms of PMS. Results of present study suggest curcumin and ginger as treatment for PMS.

Keywords: Premenstrual Syndrome, Ginger, Curcumin, Herbal Medicine, Complementary Therapies.