

مقایسه اثر ویتامین B₆ و ویتامین E بر علائم سندرم پیش از قاعدگی

ماهرخ دولتیان*، شبنم منتظری***، مهندس ناصر ولایی**، محبوبه احمدی***

خلاصه:

سابقه و هدف: با توجه به شیوع سندرم پیش از قاعدگی (PMS) و عوارض شناخته شده فردی و اجتماعی آن و گزارشهایی که در مورد موفقیت و عدم موفقیت ویتامینهای B₆ و E به طور مجزا وجود داشت و به منظور مقایسه تأثیر ویتامینهای E و B₆ و گروه دارونما، این تحقیق روی دانشجویان خوابگاه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی طی سال ۱۳۷۹ انجام گرفت.

مواد و روشها: تحقیق به روش کارآزمایی بالینی بر روی ۹۳ بیمار مبتلا به PMS صورت پذیرفت. تشخیص PMS براساس سی علامت شکایتهای استاندارد آن بود. بیماران به طور تصادفی در سه گروه B₆ و E و دارونما قرار گرفتند و ویتامین B₆ و E و دارونما به مدت ۲ ماه برای آنان تجویز گردید. تغییر وضعیت PMS نسبت به قبل از درمان در داخل هر گروه با آزمون McNemar و بین گروهها با آزمون χ^2 مورد قضاوت آماری قرار گرفت.

یافته‌ها: تحقیق بر روی ۹۳ نفر انجام گرفت. گروهها از نظر عوامل مؤثر بر PMS مشابه بودند. قبل از درمان، موارد متوسط و شدید PMS در گروه دارونما ۲۹ درصد، در گروه ویتامین B₆ ۵۴/۸ درصد و گروه ویتامین E ۵۴/۸ درصد بود (P < ۰/۰۵). بعد از درمان وضعیت متوسط و شدید در گروه دارونما به میزان ۱۶/۱ درصد (NS) و در گروههای B₆ به میزان ۳۵/۵ درصد (P < ۰/۰۵) و در گروه ویتامین E به ۳۸/۷ درصد کاهش یافت (P < ۰/۰۷). ویتامین E موجب بهبودی علائم روحی PMS شد (P < ۰/۰۱). ویتامین B₆ موجب بهبودی نسبی علائم جسمی PMS گردید اما تفاوت بین سه گروه به لحاظ آماری معنی دار نبود (P < ۰/۰۷).

نتیجه‌گیری و توصیه‌ها: ویتامین B₆ و E موجب کاهش علائم در PMS می‌شود. انجام یک تحقیق برای مقایسه تأثیر ویتامین B₆ و E بر روی علائم جسمانی و روانی به طور مجزا را توصیه می‌نماییم. واژگان کلیدی: سندرم پیش از قاعدگی، ویتامین B₆، ویتامین E، علائم جسمانی، علائم روحی.

مقدمه

ندارد (۱). به عبارت دیگر، ۱۰ - ۷ روز قبل از قاعدگی زمان نامناسبی برای اکثر خانمها است، در این دوره زمانی بانوان بیشتر از دیگر مواقع از حضور در محل کار خودداری می‌کنند، نیازمند بستری شدن در بیمارستان می‌گردند، مصدوم می‌شوند، ناراحتی‌های روانی پیدا می‌کنند و تعدادی از آنها

سندرم پیش از قاعدگی [Premenstrual Syndrome (PMS)] ظهور دوره‌ای یک یا بیشتر از مجموع علائم قبل از قاعدگی به اندازه‌ای است که بر زندگی روزانه و کارکرد تأثیر گذاشته و به دنبال آن زمانی وجود دارد که فرد هیچ علامتی

*گروه مامایی، عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

** عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

*** کارشناس ارشد مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی