



The 2<sup>nd</sup> International Conference on  
Medicinal Plants, Organic Farming,  
Natural and medicinal materials

۲۲ اسفند ماه ۱۳۹۷ - مشهد مقدس

## بررسی تاثیر کروم و پلی فنل‌های دارچین در سندرم متابولیک، مقاومت به انسولین و

### قند خون: مطالعه مروری

ساناز حسین پور<sup>۱</sup>، پانته آ منصور<sup>۱</sup>

۱. گروه تغذیه، دانشکده علوم تغذیه، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

#### چکیده

کروم و پلی فنل‌های دارچین ترکیبات طبیعی هستند که باعث بهبود در مقاومت به انسولین می شوند. این ترکیبات اثرات مشابهی بر سیگنالینگ انسولین و کنترل قند خون دارند. مکمل یاری با کروم بهبود در علائم و نشانه های سندرم متابولیک را نیز نشان میدهد. گیاه دارچین مدت هاست در طب گیاهی آسیا و اروپا کاربرد غذایی و دارویی دارد. دیابت از بیماریهای شایع می باشد که جهت درمان و کنترل آن، روشهای درمانی مختلفی مانند استفاده از داروهای طبیعی و یا اصلاح شیوه زندگی به بیماران توصیه می شود. در یک مطالعه دیده شد که گلوکز، انسولین، کلاسترول و HBA1C در بیماران مبتلا به دیابت پس از مکملیاری با کروم بهبود یافته است. دیده شد که پلی فنل‌های دارچین باعث بهبود حساسیت به انسولین در مطالعات متعددی میشود. دارچین موجب کاهش میانگین قند خون ناشتا (۲۹-۱۸٪)، تری گلیسیرید (۳۰-۲۳٪)، کلاسترول تام (۲۶-۱۲٪) و LDL کلاسترول (۲۷-۷٪) پس از ۴۰ روز مصرف روزانه ۶-۱ گرم دارچین در بیماران دیابتی نوع دو می شود. در بیماران مبتلا به سندرم متابولیک که دارچین مصرف می کردند، بهبود در گلوکز خون ناشتا، فشارخون سیستولیک، درصد چربی بدن و افزایش توده بدون چربی بدن دیده شد. در رابطه با مکمل یاری با کروم و دارچین تمام مطالعات اثرات سودمند را نشان ندادند و پاسخ های متفاوت مربوط به مدت زمان مطالعه، فرم کروم و دارچین مورد استفاده و میزان چاقی و عدم تحمل گلوکز در افراد است. مطالعه حاضر یک مطالعه مروری در مورد تاثیر دارچین بر بهبود مقاومت به انسولین در بیماران دیابتی نوع دو می باشد. جستجو در بانک های اطلاعاتی مختلف مانند Google scholar, Pubmed, Sid با کلمات کلیدی دارچین، کروم، مقاومت به انسولین و قند خون انجام شد. مطالعه حاضر شواهدی را فراهم آورد که مصرف مکمل دارچین میتواند باعث کاهش سطح گلوکز خون و مقاومت انسولینی در افراد دیابتی نوع دو شود. **کلید واژگان:** کروم، دارچین، حساسیت به انسولین، سندرم متابولیک