

تأثیر مصرف جوشانده لیمو شیرازی و سیر بر چربی های خون در بیماران مبتلا به هایپر لیپیدمی شهر گناباد

علی عباسی مندی (ارائه دهنده) ۱، فائزه محتشم ۲، طاهره بلوچی بیدختی ۳، حسین عجم ۳

۱. دانشجوی مقطع کارشناسی پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی گناباد، گناباد، ایران
۲. دانشجوی مقطع کارشناسی پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی گناباد، گناباد، ایران
۳. مربی عضو هیئت علمی، دانشکده پرستاری مامایی، دانشگاه علوم پزشکی گناباد، گناباد، ایران

زمینه و هدف:

بیماری های قلبی عروقی اغلب ناشی از انسداد عروق در اثر آترو اسکلروز بوده که اختلالات کمیتی مانند افزایش کلسترول و دیگر لیپید های پلاسما، نقش مهمی در بیماری زایی آن ایفا می کنند. از دیر باز علاقه ی زیادی به بررسی نقش "سیر" در کاهش عوامل خطر بیماری های قلبی-عروقی وجود داشته است. پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر جوشانده سیر و لیمو شیرازی بر چربی های خون در بیماران مبتلا به هایپر لیپیدمی شهر گناباد در سال ۱۳۹۲ انجام گردید.

مواد و روش ها:

در یک کار آزمایشی بالینی به روش قبل و بعد، بر روی ۲۸ بیمار هایپر لیپیدمی (۱۴ مرد، ۱۴ زن) تأثیر جوشانده سیر و لیمو شیرازی بر چربی های خون مورد ارزیابی قرار گرفت. هر وعده ۳۰ سی سی و به مدت ۳ هفته توسط بیماران مصرف شد. سپس بعد از یک هفته استراحت دوباره به مدت ۳ هفته استفاده کردند. قبل از شروع مصرف جوشانده، در هفته چهارم و سپس در آخر مداخله میزان چربی های خون اندازه گیری شدند.

یافته ها:

نتایج مطالعه نشان داد که مصرف جوشانده سیر و لیمو شیرازی به مدت ۶ هفته به طور معناداری سطح کلسترول، تری گلیسرید و LDL را کاهش می دهد. کلسترول از $208/607 \pm 14/602$ در ابتدای مطالعه به $174/286 \pm 7/936$ میلی گرم در دسی لیتر در انتهای مطالعه ($P < 0.001$) و تری گلیسرید از $254/357 \pm 75/795$ در ابتدای مطالعه به $147/785 \pm 49/703$ میلی گرم در دسی لیتر در انتهای مطالعه ($P < 0.001$) کاهش یافت.

نتیجه گیری:

مصرف جوشانده سیر و لیمو شیرازی به مدت ۶ هفته به طور معناداری سطح کلسترول، تری گلیسرید و LDL را کاهش می دهد. پیشنهاد می شود در این خصوص مطالعات دیگری انجام شود تا ضمن کسب اطمینان از کیفیت، کارایی و سالم بودن آن، فرآورده مزبور به طور گسترده در دسترس بیماران قرار گیرد.

واژه های کلیدی:

سیر، لیمو شیرازی، چربی های خون