



زنجبیل به اندازه اسید فولیک و ایبوپروفن در کاهش درد قاعدگی موثر است

نتایج تحقیقات اخیر نشان می‌دهد: کپسول زنجبیل در بهبود درد دیسمنوره اولیه مانند اسید فولیک و ایبوپروفن عمل می‌کند...

نتایج تحقیقات اخیر نشان می‌دهد: کپسول زنجبیل در بهبود درد دیسمنوره اولیه مانند اسید فولیک و ایبوپروفن عمل می‌کند. این مطالعه با هدف مقایسه میزان اثر بخشی کپسول زنجبیل با داروهای شناخته شده در درمان دیسمنوره اولیه، مفنمیک اسید و ایبوپروفن توسط گیتی ازگلی پژوهشگر دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و جمعی از همکارانش انجام شده است.

تحقیق از نوع کارآزمایی بالینی بر روی 150 دانشجو با سابقه دیسمنوره اولیه انجام شد. نمونه‌ها از نظر شدت دیسمنوره مشابه سازی شده و سپس بصورت تصادفی در سه گروه 50 نفری قرار گرفتند. افراد سه گروه از لحاظ سن، سن منارک، وزن، قد، BMI، رشته و سنوات تحصیلی، سمت در شغل پدر، تحصیلات و شغل مادر، ورزش منظم، طول و فاصله و مقدار خونریزی قاعدگی مشابه بودند. برای افراد گروه زنجبیل، کپسول حاوی 250 میلی گرم زنجبیل چهار بار در روز به مدت سه روز از شروع خونریزی تجویز شد و به افراد گروه مفنمیک اسید و ایبوپروفن کپسولهای مشابه با همان دستورالعمل و حاوی به ترتیب 250 میلی گرم مفنمیک اسید و 400 میلی گرم ایبوپروفن داده شد. تاثیر داروها بر دیسمنوره پس از پایان دوره درمان به وسیله سیستم امتیازبندی چند بعدی گفتاری بررسی و مورد قضاوت آماری قرار گرفت.

یافته‌ها حاکی از آن بود که بهبود شدت دیسمنوره اولیه در سه گروه زنجبیل (64 درصد)، ایبوپروفن (66 درصد) و مفنمیک اسید (58 درصد) تفاوت آماری معنی داری نداشت. به عبارتی کپسول زنجبیل همانند دو داروی شیمیایی مرسوم در درمان دیسمنوره اولیه موثر بود.

نتایج نشان می‌دهد: کپسول زنجبیل در بهبود شدت دیسمنوره اولیه مانند داروهای رایج در تسکین درد قاعدگی موثر است. بررسی تاثیرات زنجبیل بر دیگر علائم همراه با دیسمنوره اولیه توصیه می‌شود.

خلاصه این تحقیق در مجله [#171 پژوهش در پزشکی](#)؛ دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی به چاپ رسیده است.