



پایان نامه

دوره کارشناسی ارشد در رشته پرستاری داخلی جراحی

عنوان:

**تأثیر بذر کتان بر پرفشاری خون، کلسترول سرم و شاخص توده بدنی در بیماران مبتلا
به پرفشاری خون**

نگارش:

معصومه یاراحمدی

استاد راهنما:

دکتر طاهره طولابی

استادان مشاور:

دکتر فاطمه گودرزی

دکتر ایرج سلیمی کیا

مشاور آمار:

دکتر فرزاد ابراهیم زاده

تابستان ۱۳۹۷

چکیده

تاثیر بذر کتان بر میزان فشارخون، کلسترول سرم و شاخص توده بدنی بیماران مبتلا به پرفشاری خون

مقدمه: با توجه به نقش انتی اکسیدانی و مواد زیست فعال موجود در بذر کتان، مطالعه حاضر با هدف تعیین تاثیر مکمل بذر کتان بر میزان فشار خون، سطوح کلسترول و شاخص توده بدنی در بیماران مبتلا به پرفشاری خون انجام شد. **مواد و روش‌ها:** در یک مطالعه کارآزمایی بالینی سه سو کور، ۱۱۴ بیمار مبتلا به پرفشاری خون با سن ۳۵ تا ۷۰ سال به روش بلوک بندی طبقه ای تصادفی در دو گروه مکمل بذر کتان ۱۰ و ۳۰ گرمی و یک گروه دارونما به مدت ۱۲ هفته قرار داده شدند. در ابتدای مطالعه، پایان هفته ششم و همچنین پایان هفته دوازدهم میزان فشار خون سیستول، فشار خون دیاستول، کلسترول تام سرم و شاخص توده بدنی ارزیابی شد. میزان دریافت مواد مغذی توسط نرم افزار تجزیه و تحلیل برنامه های غذایی N4 اندازه گیری شد. فعالیت فیزیکی با استفاده از فرم کوتاه پرسشنامه بین المللی فعالیت فیزیکی (IPAQ) و دریافت مواد غذایی توسط پرسشنامه یادآور خوراک برر سی شد. برای آنالیز داده ها از SPSS ۲۲ و آزمون اندازه های تکراری و آنالیز کوواریانس در سطح معناداری ۰/۰۵ استفاده گردید.

یافته ها: اثر متقابل گروه آزمایشی و زمان بر متوسط فشار خون سیستولیک، فشار خون دیاستولیک، کلسترول سرم و شاخص توده بدن معنادار بود (به ترتیب $P=0/001$ ، $P<0/001$ ، $P=0/032$ و $P<0/001$). به طوری که متوسط تعدیل شده فشار خون سیستول از هفته ششم تا دوازدهم در گروه بذر کتان ۳۰ گرمی $4/33$ واحد کاهش، در گروه بذر کتان ۱۰ گرمی $1/83$ کاهش و در گروه کنترل $2/92$ واحد افزایش داشته است. متوسط تعدیل شده فشار خون دیاستول از هفته ششم تا دوازدهم در گروه بذر کتان ۳۰ گرمی $3/10$ واحد کاهش، در گروه بذر کتان ۱۰ گرمی $1/83$ کاهش و در گروه کنترل $1/25$ واحد افزایش داشته است. متوسط تعدیل شده کلسترول از هفته ششم تا دوازدهم، در گروه بذر کتان ۳۰ گرمی $3/04$ واحد کاهش، در گروه بذر کتان ۱۰ گرمی $0/88$ کاهش و در گروه دارونما $0/44$ واحد افزایش یافته است. همچنین متوسط تعدیل شده کاهش شاخص توده بدن از هفته ششم تا دوازدهم، در گروه بذر کتان ۳۰ گرمی $0/33$ واحد، در گروه بذر کتان ۱۰ گرمی $0/24$ و در گروه کنترل $0/03$ واحد کاهش یافته است.

نتیجه گیری: با تعدیل اثر مقادیر پایه، م صرف بذر کتان از انتهای هفته ششم تا دوازدهم، سبب کاهش معنی دار ولی اندک فشار خون سیستول، فشار خون دیاستول، کلسترول سرم و شاخص توده بدن بیماران مبتلا به پرفشاری خون شده است. بنابر این پیشنهاد می شود این مطالعه با حجم نمونه بیشتر و نیز دوره طولانی تری انجام شود. همچنین تهیه فرآورده های بذر کتان برای مصرف راحت تر آن پیشنهاد می شود.

کلید واژه: بذر کتان، طب گیاهی، پرفشاری خون، کلسترول، شاخص توده بدنی.