

اثر سیر خام بر فاکتورهای بیوشیمیایی خون در افراد با چربی و قندخون بالا

دکتر مهدی محمودی^۱، محمدرضا حاجی‌زاده^۲، دکتر کبری حسینی‌سادات^۳، سیدحبیب‌اله حسینی^۴، دکتر غلامرضا اسدی‌کرم^۱، دکتر محمد خاکساری^۵، عباس صادقی^۶

^۱ دانشیار گروه بیوشیمی بالینی، ^۲ کارشناس ارشد بیوشیمی پزشکی، ^۳ پزشک عمومی، ^۴ مربی گروه پرستاری، ^۵ دانشیار گروه فیزیولوژی، ^۶ کارشناس آزمایشگاه، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان

مجله پزشکی هرمزگان، سال یازدهم، شماره دوم، تابستان ۸۶، صفحات ۱۳۱-۱۲۷

چکیده

مقدمه: دو عامل خطر مهم بیماری اترواسکلروز، دیابت شیرین و افزایش چربیهای خون می‌باشد. سیر از زمانهای قدیم مورد استفاده بوده و مطالعات مختلفی در مورد اثرات سیر بر کاهش قند و چربی خون صورت گرفته که بعضی از آنها این موضوع را اثبات و برخی رد کرده‌اند. هدف از تحقیق حاضر مطالعه اثر مصرف سیر خام (*Allium sativum*) بر روی تعدادی از فاکتورهای بیوشیمیایی خون در افراد با قند و چربی بالا می‌باشد.

روش کار: این مطالعه کارآزمایی بالینی، بر روی ۲۵ نفر افراد واجد شرایط و با میزان قندخون بالای ۱۲۶ میلی‌گرم در دسی‌لیتر و کلسترول تام خون بیش از ۲۴۵ میلی‌گرم در دسی‌لیتر انجام گرفت. هر داوطلب ۵ گرم سیر خام را دو بار در روز به مدت ۴۲ روز مصرف کرد و سپس ۴۲ روز اصلاً سیر مصرف نکرد. سه مرحله خونگیری بصورت ناشتا جهت اندازه‌گیری فاکتورهای بیوشیمیایی انجام شد. نتایج با استفاده از آزمون ANOVA مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و $P < ۰/۰۵$ معنی‌دار در نظر گرفته شد.

نتایج: میزان متوسط قندخون ناشتا ($P < ۰/۰۱$) و کلسترول تام ($P < ۰/۰۰۱$) پس از ۴۲ روز مصرف سیر خام به صورت معنی‌داری کاهش یافت. اما بعد از قطع مصرف سیر مجدداً افزایش پیدا کرد. $HDL-C$ به صورت معنی‌داری افزایش و $HbA1C$ کاهش یافت ($P < ۰/۰۵$). مصرف سیر خام بر اوره کراتینین اسید اوریک تست‌های عملکرد کبدی کلسترول با دانسیته پایین تأثیر معنی‌داری نشان نداد.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج تحقیق اخیر، می‌توان به این نتیجه رسید که مصرف سیر می‌تواند کلسترول تام خون، FBS و $HbA1C$ را کاهش و $HDL-C$ را افزایش دهد. بنابراین سیر می‌تواند در موارد خفیف دیابت شیرین و هیپرلیپیدمی به خصوص در کسانی که نتوانند داروهای شیمیایی را تحمل کنند، مفید باشد.

کلیدواژه‌ها: هیپرلیپیدمی - افزایش قندخون - سیر

نویسنده مسئول:

دکتر مهدی محمودی

گروه بیوشیمی دانشگاه علوم

پزشکی رفسنجان

رفسنجان - ایران

تلفن: ۰۹۸ ۳۹۱ ۸۲۶۶۴۱

پست الکترونیکی:

mahmoodies@yahoo.com

دریافت مقاله: ۸۴/۷/۱۸ اصلاح نهایی: ۸۵/۳/۳۱ پذیرش مقاله: ۸۵/۱۲/۲۳

مقدمه:

تصلب شریانها یا اترواسکلروز مربوط به لایه داخلی (انتیما) عروق خونی است که عوامل مختلفی در ایجاد و پیشرفت آن نقش دارند. دو عدد از این عوامل عبارتند از: دیابت شیرین و هیپرلیپیدمی که با درمان آنها می‌توان از بسیاری از عوارض اترواسکلروز پیشگیری کرد. بیماری دیابت یکی از قدیمی‌ترین بیماریهایی است که شناخته شده

و میزان وقوع جهانی آن در دهه‌های اخیر به طور قابل ملاحظه‌ای افزایش یافته که علاوه بر ایجاد اترواسکلروز عوارض مزمن دیگری نیز دارد که عبارتند از: رتینوپاتی، نفروپاتی و عوارض غیر عروقی (۱).

در اکثر کشورها، سالانه هزینه‌های گزافی صرف درمان دیابت و هیپرلیپیدمی می‌شود. استفاده از داروهای گیاهی با توجه به قدمت طب گیاهی در ایران،