

فصلنامه علمی - پژوهشی طب مکمل، شماره ۱، بهار ۱۳۹۳

## بررسی تأثیر مصرف توکلیجه بر درد ناشی از دیسمنوره اولیه

فاطمه شبیری<sup>۱</sup>، انسیه جنابی<sup>۲\*</sup>، مینا حاجیلو مهاجران<sup>۳</sup>، مژگان ترکمنی<sup>۳</sup>

۱. دانشیار، عضو مرکز تحقیقات مراقبت‌های بهداشت مادر و کودک دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی همدان، ایران.

۲. مربی، کارشناس ارشد مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد توپسرکان.

۳. کارشناس مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد توپسرکان.

تاریخ دریافت: ۹۲/۱۰/۱۵ تاریخ پذیرش: ۹۳/۰۳/۲۱

### چکیده

**مقدمه:** قاعدگی دردناک یا دیسمنوره یکی از شایع‌ترین اختلالات در زنان است به طوری که بین ۶۰-۹۳ درصد از زنان به آن مبتلا می‌باشند. جهت درمان آن در سراسر جهان از داروهای مسکن، گیاهان دارویی و ماساژدرمانی استفاده می‌شود. هدف از این مطالعه بررسی تأثیر مصرف گیاه توکلیجه بر درد دوران قاعدگی می‌باشد.

**مواد و روش‌ها:** این مطالعه یک کارآزمایی بالینی تصادفی است که جهت تعیین اثر نوشیدن توکلیجه بر بهبود درد قاعدگی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد توپسرکان انجام شده است. در این مطالعه با رعایت اخلاق در پژوهش، دانشجویان به روش نمونه-گیری تصادفی به دو گروه مداخله و کنترل (هر گروه ۴۵ نفر) تقسیم شدند. در گروه مداخله و کنترل، به افراد، دو روز قبل از قاعدگی و ۳ روز اول قاعدگی روزی ۳ بار ۱۰ گرم گیاه توکلیجه و کنترل به صورت دم کرده داده شد و درمان برای مدت ۳ ماه ادامه یافت. نتایج قبل از مداخله، ۱ و ۳ ماه بعد از مداخله ثبت شد. ابزار اندازه‌گیری درد در این مطالعه مقیاس دیداری (Visual Analog Scale) بود. تجزیه و تحلیل آماری با استفاده از نرم‌افزار spss نسخه ۱۶ و آزمون‌های آماری تی مستقل و کای دو انجام شد.

**یافته‌ها:** شدت درد در گروه مداخله پس از گذشت ۱ و ۳ ماه پس از مصرف توکلیجه نسبت به گروه کنترل ارتباط معنی‌داری داشته است ( $P=0/001$ )؛ بدین معنی که با مصرف توکلیجه شدت درد کاهش یافت.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج این مطالعه به نظر می‌رسد که مصرف توکلیجه بر تسکین درد قاعدگی مؤثر است و استفاده از این داروی گیاهی احتمالاً می‌تواند جایگزین داروهای شیمیایی و عوارض ناشی از آن شود.

**کلیدواژه‌ها:** درد، دیسمنوره اولیه، توکلیجه.

\*نویسنده مسئول: E.mail: en.jenabi@yahoo.com

## مقدمه:

البرز نیز دیده می‌شود. طبق تحقیقات به عمل آمده، مکانیسم اثر توکلیجه سرکوب پروستاگلاندین است (۱۱). این گیاه از تیره گیاهان معطر و آرامش‌بخش اعصاب است. گل این گیاه که به صورت سنبله‌ای از گل‌های ریز صورتی رنگ مایل به سرخ است، در میان کاسبرگ‌هایی با رنگ سبز روشن نقره‌ای و پشمالو قرار دارد (۱۰).

گل این گیاه، مفرح، نشاط‌انگیز و شادی‌آور بوده و دارای خاصیت ضد درد به‌ویژه دردهای مفصلی، رماتیسمی، سردرد، سرگیجه و دردهای عصبی است. مصرف این گیاه خستگی ذهنی را برطرف می‌سازد و به علت انرژی‌زایی و نشاط‌انگیزی می‌تواند برای رفع خستگی و بی‌حوصلگی در افراد افسرده مورد استفاده قرار گیرد. علاوه بر این‌ها به شکل چای کوهی اشتهاآور و مدر ملایم است (۱۱) و از زمان‌های گذشته جهت تسکین درد ناشی از قاعدگی و درد زانو به طور سنتی در مناطق کوهستانی استفاده می‌شده است (۱۲).

در مطالعه الفتی و همکاران، در کشور ایران، نتایج نشان داده است که مصرف گیاه توکلیجه سبب تسکین درد دوران قاعدگی می‌شود (۱۲). اما این مطالعه کارآزمایی بالینی دو سو کور نبوده و از کنترل برای مقایسه دو گروه استفاده نشده است.

در مطالعه خانوی و همکاران، نتایج نشان داد که اثر ضد التهابی گیاه توکلیجه مشابه ایندومتاسین با دوز بالا بوده است (۱۳).

هدف از این مطالعه بررسی تأثیر گیاه توکلیجه بر بهبود درد دوران قاعدگی اولیه می‌باشد تا با استفاده از نتایج آن شاید بتوان به اثرات این گیاه بر تسکین دیسمنوره پرداخت.

## مواد و روش‌ها:

این مطالعه یک کارآزمایی بالینی است که در سال ۱۳۹۰ و به مدت ۴ ماه انجام شد. جامعه پژوهش را دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تویسرکان در دو رشته پرستاری و مامایی تشکیل می‌دادند در ابتدا هدف پژوهش برای دانشجویان توضیح داده شد. معیار ورود به مطالعه شامل مبتلا بودن به

«قاعدگی دردناک یا دیسمنوره» یکی از شایع‌ترین اختلالات در زنان است که با دردهای عضلانی در شکم همراه می‌باشد (۳-۱). قاعدگی دردناک به انواع دیسمنوره اولیه و ثانویه تقسیم می‌شود. در دیسمنوره اولیه مشکل خاصی در دستگاه تناسلی زن وجود ندارد و درد، چند ساعت قبل و یا هم‌زمان با شروع خونریزی قاعدگی آغاز می‌شود و حداکثر ۲ تا ۳ روز به طول می‌انجامد در حالی که دیسمنوره ثانویه غالباً در اثر وجود بیماری‌های لگن ایجاد می‌شود و درد آن معمولاً ۷-۵ روز تداوم دارد و بر حسب علت زمینه‌ای ممکن است علائم دیگری نیز داشته باشد (۴، ۵).

در دیسمنوره، درد در قاعدگی‌های همراه با تخمک‌گذاری دیده می‌شود. کیفیت درد کولیکی یا کرامپی در خط وسط و بالای عانه بوده و گاهی به قسمت تحتانی پشت و کشاله ران انتشار می‌یابد (۶). علائم مختلفی نظیر تهوع، استفراغ، بی‌اشتهایی، اسهال، خستگی، تحریک‌پذیری و سردرد ممکن است با درد همراه باشد. دیسمنوره اولیه با افزایش وزن و زایمان طبیعی ممکن است بهبود یابد (۴).

دلیل این درد افزایش سطح پروستاگلاندین در بدن است که ناشی از انقباض عضلات رحمی، ایسکمی رحمی و افزایش حساسیت فیبرهای درد می‌باشد که در نهایت منجر به درد لگنی می‌شود (۷).

جهت درمان دیسمنوره از داروهای مسکن مانند مفنایمیک اسید، بروفن و ... گیاهان دارویی و ماساژدرمانی استفاده می‌شود (۸-۵) و اغلب زنان، از چندین روش برای تسکین دیسمنوره استفاده می‌کنند که شامل استراحت، ورزش کردن، مصرف دارو، استفاده از پارچه گرم، چای و گیاهان دارویی است (۹). یکی از گیاهان دارویی که جهت تسکین دیسمنوره به طور سنتی مورد استفاده قرار می‌گیرد توکلیجه است (۱۰).

توکلیجه یا پنبه کوهی با نام علمی استاکیس لاواندولیفولیا<sup>۱</sup> می‌باشد که در دامنه کوه‌های ایران، از جمله کوه الوند در استان همدان، به وفور یافت می‌شود. همچنین در دامنه کوه‌های استان‌های مازندران، گیلان، آذربایجان و ارتفاعات

<sup>۱</sup> Stachys. Lavandulifolia

و ۳ ماه بعد از مطالعه به وسیله دانشجویان در هر دو گروه تکمیل گردید. در این مطالعه برای اثبات همگون بودن دو گروه مداخله و کنترل از آزمون کای دو و جهت بررسی تأثیر درمان دیسمنوره پس از گذشت ۱ و ۳ ماه و مقایسه آن با گروه کنترل از تی مستقل استفاده شد.

#### یافته‌ها:

در این مطالعه، ۴۵ نفر در گروه مداخله و ۴۵ نفر در گروه کنترل مورد بررسی قرار گرفتند. در هر گروه ۵ نفر به دلیل عدم تمایل جهت شرکت در مطالعه از پژوهش خارج شدند. مشخصات فردی - اجتماعی گروه مداخله و کنترل در جدول شماره ۱ نشان داده شده است. آزمون مجذور کای نشان داد که بین مشخصات دو گروه اختلاف آماری معنی‌داری وجود نداشته و دو گروه همگون بودند.

میانگین و انحراف معیار نمرات درد در دو گروه مداخله و کنترل قبل از مطالعه، یک و سه ماه پس از مطالعه در جدول شماره ۲ نمایش داده شده است. طبق آزمون تی مستقل نمره درد در گروه مداخله پس از گذشت یک و سه ماه از مصرف چای توکلیجه نسبت به گروه کنترل معنی‌دار بوده است (جدول ۲). در این مطالعه در بین دانشجویان مصرف‌کننده توکلیجه عارضه‌ای یافت نشد.

#### بحث:

این مطالعه جهت بررسی تأثیر توکلیجه بر بهبود دیسمنوره اولیه در ۱ و ۳ ماه پس از مصرف آن در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی تویسرکان انجام شده است و نتایج نشان می‌دهد که مصرف گیاه توکلیجه در مقایسه با کنترل سبب تسکین دیسمنوره اولیه در دانشجویان شده است. در بررسی‌های انجام گرفته در متون علمی، مطالعات محدودی در ارتباط با مصرف گیاه توکلیجه بر بهبود دیسمنوره اولیه مشاهده شد. در مطالعه الفتی و همکاران در سال ۲۰۱۱ نشان داده شده است که مصرف گیاه توکلیجه سبب کاهش دیسمنوره اولیه، خستگی و تهوع دوران قاعدگی شد. اما تأثیری بر کاهش استفراغ نداشته است (۱۲) که تأثیر این گیاه بر دیسمنوره اولیه مشابه با نتایج این تحقیق است.

دیسمنوره اولیه، مجرد بودن و تمایل به شرکت در مطالعه بود و معیار خروج از مطالعه نیز شامل ابتلا به بیماری خاص، سیکل‌های قاعدگی نامنظم و دیسمنوره خفیف (۳-۱) و اجبار به مصرف دارو در ارتباط با دیسمنوره بود. همچنین جهت افتراق دیسمنوره اولیه از دیسمنوره ثانویه از همه افراد شرح حال دقیق گرفته شد و سونوگرافی رحم و ضمام درخواست گردید.

حجم نمونه با استفاده از فرمول تعیین حجم نمونه و با در نظر گرفتن ضریب اطمینان ۹۵٪ و توان آزمون ۸۰٪ و احتمال ۱۰٪ افت نمونه، در هر گروه حداقل ۵۰ نفر و در مجموع ۱۰۰ نفر برآورد گردید.

برای نمونه‌گیری از همانندسازی تصادفی بلوکه (بلوک‌های ۴ تایی) استفاده شد. بر اساس جدول اعداد تصادفی، پاکت‌های کدگذاری شده بین نمونه‌ها (P, I) در هر بلوک توزیع شد. همکار نمونه‌گیر طرح، برای نمونه‌گیری به کلاس دانشجویان پرستاری و مامایی مراجعه کرد و چک لیستی را که برای انتخاب واحد پژوهش طراحی شده بود، در اختیار دانشجویان مبتلا به قاعدگی‌های دردناک قرار داد. بعد از جمع‌آوری چک لیست‌های کامل شده، نمونه‌هایی که واجد شرایط شرکت در طرح بودند مشخص شدند و به اندازه حجم نمونه مورد نظر، از دانشجویانی که تمایل به شرکت در مطالعه داشتند برای همکاری دعوت شد.

سپس نمونه‌ها در دو گروه کنترل (P) و توکلیجه (I) قرار گرفتند. همچنین از دانشجویان خواسته شد که در صورت تمایل، در پژوهش شرکت کنند و رضایت‌نامه کتبی را تکمیل و امضا نمایند.

به گروه مداخله دو روز قبل از قاعدگی و ۳ روز اول دوران قاعدگی (مجموعاً ۵ روز) هر روز ۳ بار از پودر گل گیاه به روش دم‌کرده (۱۰ گرم گل گیاه دم‌کرده در یک لیوان آب جوش) داده می‌شد که برای مدت ۳ ماه درمان ادامه می‌یافت (مجموعاً ۱۵ روز و هر روز ۳ فنجان). در گروه کنترل از کنترل (به شکل پودر نشاسته) استفاده گردید. جهت روایی پرسش‌نامه از روش اعتبار محتوا و جهت پایایی آن از آزمون مجدد استفاده گردید. پرسش‌نامه‌ها قبل از مطالعه، ۱

تهوع، استفراغ و سوء هاضمه همراه اند. همچنین عوارضی مانند زخم معده، سرگیجه، سر درد، بی‌خوابی، واکنش حساسیتی، عوارض خونی و کبدی، وزوز گوش، دپرسیون و عوارض کلیوی نیز همراه با مصرف این داروها گزارش شده است (۱۵، ۱۲). بنابراین پیشنهاد می‌گردد که در زمینه مصرف گیاه توکلیجه مطالعات تکمیلی بیشتر در کشورهای دیگر و با حجم نمونه بیشتری انجام گیرد.

#### نتیجه گیری:

با توجه به نتایج این مطالعه گیاه توکلیجه در بهبود شدت دیسمنوره اولیه مؤثر است و احتمالاً می‌توان با جایگزینی این داروی گیاهی جهت تسکین دیسمنوره از کاربرد داروهای شیمیایی ضد التهابی و عوارض ناشی از آن کاست.

#### تقدیر و تشکر:

در اینجا از همکاری‌های ارزنده دانشجویان مامایی و پرستاری دانشگاه آزاد اسلامی تویسرکان که صمیمانه با این‌جانب همکاری داشتند، تشکر و قدردانی می‌کنم. لازم به ذکر است که پژوهش مورد نظر با کد N3.1312318360 در مرکز کارآزمایی‌های بالینی ایران به ثبت رسیده است.

در مطالعه خانوی و همکاران در سال ۲۰۰۵، نشان داده شده است که اثر ضد التهابی گیاه توکلیجه شبیه دوز بالای ایندومتاسین می‌باشد که نشان‌دهنده اثر ضد التهابی و ضد درد این گیاه می‌باشد. البته این مطالعه بر روی رت انجام شده و برای تعمیم آن به انسان نیاز به مطالعات بیشتری می‌باشد (۱۳).

مطالعه میرابی و همکاران در سال ۲۰۱۲، بر روی ۵۰ نفر از دانشجویان مجرد نشان داد که مصرف روزانه ۵ گرم از گیاه توکلیجه در ۳ روز اول قاعدگی به مدت ۲ سیکل می‌تواند شدت و مدت درد قاعدگی را به طور چشم‌گیری در این افراد کاهش دهد (۱۴).

در بررسی متون به جز دو مطالعه ذکر شده بر روی انسان، مطالعه دیگری در این زمینه صورت نگرفته است و مقاله موافق یا مخالفی در این باره در پایگاه‌های معتبر الکترونیکی داخلی و بین‌المللی نداشته است.

از آن‌جا که بیشترین علت احتمالی دیسمنوره، ترشح بیش از حد پروستاگلاندین می‌باشد و غلظت آندومتری پروستاگلاندین  $E2$  ,  $F2\alpha$  با شدت دیسمنوره ارتباط دارد و با توجه به بررسی‌های انجام شده گیاهان خانواده توکلیجه احتمالاً از تولید پروستاگلاندین جلوگیری می‌کنند پس می‌توان این داروی گیاهی را برای کاهش درد دوران قاعدگی مصرف نمود.

با توجه به اینکه در این مطالعه و تحقیقات مشابه در این زمینه هیچ‌گونه عارضه‌ای در بین دانشجویان یافت نشده است، استفاده از این دارو احتمالاً می‌تواند جایگزین داروهای ضد التهاب غیراستروئیدی گردد. به این دلیل که داروهای شیمیایی با عوارضی مانند ناراحتی‌های گوارشی،

جدول شماره ۱: توزیع فراوانی مشخصات فردی - اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی تویسرکان در دو گروه مداخله و کنترل

گروه	گروه مداخله (n = ۴۵)	گروه کنترل (n = ۴۵)
مشخصات	انحراف معیار $\pm$ میانگین	انحراف معیار $\pm$ میانگین
سن (سال)	۲۲/۵۲ $\pm$ ۲/۱۸	۲۲/۱۴ $\pm$ ۲/۳۱
سن منارک	۱۳/۳۶ $\pm$ ۱/۵۲	۱۳/۱۵ $\pm$ ۱/۲۴
BMI (Kg/m <sup>2</sup> )	۲۲/۸۵ $\pm$ ۱/۵۰	۲۳/۱۳ $\pm$ ۱/۳۱

جدول ۲: مقایسه میانگین نمرات درد در دو گروه مداخله و کنترل قبل از مطالعه، یک و سه ماه پس از مطالعه

P-value	کنترل (n= ۴۵)	مداخله (n= ۴۵)	گروه
	انحراف معیار $\pm$ میانگین	انحراف معیار $\pm$ میانگین	نمره درد
۰/۳۲	۷/۳۰ $\pm$ ۱/۸۱	۷/۹۹ $\pm$ ۱/۸۲	قبل از مطالعه
۰/۰۰۱	۷/۸۲ $\pm$ ۱/۳۱	۵/۱۰ $\pm$ ۱/۱۰	۱ ماه بعد
۰/۰۰۱	۷/۱۰ $\pm$ ۱/۶۴	۴/۰۲ $\pm$ ۱/۵۱	۳ ماه بعد

**References :**

1. Rakhshani Z. Effect of three yoga poses (cobra, cat and fish poses) in women with primary dysmenorrhea: A randomized clinical trial. *Journal of pediatric and adolescent gynecology*. 2011; 24(4):192-6.
2. Morrow C, Naumburg EH. Dysmenorrhea. Primary care: Clinics in office practice. 2009; 36(1):19-32.
3. Khodakarami N, Moatar F, Ghahiri A, Shahdan S. The effect of an Iranian herbal drug on primary dysmenorrhea: A clinical controlled trial. *Journal of Midwifery & Women's Health*. 2009; 54(5): 401-4.
4. Banikarim C, Chacko MR, Kelder SH. Prevalence and impact of dysmenorrhea on Hispanic female adolescents. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*. 2000; 154(12): 1226-9.
5. Ortiz MI. Primary dysmenorrhea among Mexican University students: prevalence, impact and treatment. *European journal of obstetrics & gynecology and reproductive biology*. 2010; 152 (1):73-7.
6. Chao MT, Callens ML, Wade CM, Abercrombie PD, Gomolak D. An innovative acupuncture treatment for primary dysmenorrhea: a randomized, crossover pilot study. *Alternative therapies in health and medicine*. 2014; 20(1): 49-56.
7. Tseng YF, Chen CH, Yang YH. Rose Tea Relief of Primary Dysmenorrhea in Adolescents: A randomized controlled trial in Taiwan. *Journal of Midwifery and women Health*. 2005: 50(5) 51-7.
8. Dawood MY. Dysmenorrhea. *Clinical of obstetrics and Gynecology* . 1990; 33(1): 168-78.
9. Allaire Ad, Moos MK, Wells SR. Complementary and alternative medicine in pregnancy a survey of North Carolina certified nurse-midwives. *Obstetrics and Gynecology*. 2000; 95(1):19-23.
10. Zargari A. Medicinal plants Tehran. 2th ed. Tehran University. 2010: 651.
11. E Jenabi, M Asltoghiri, M Hajiloomohajeran, M Torkamani. Effect of *Stachys lavandulifolia* on fatigue, nausea and vomiting associated with primary dysmenorrhea. *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 2012; 31: 124-128.
12. Olfati F, Sadeghi T, Azarbaijani S, Hadizadeh M, Haj-Seied Javadi E. Effect of *Stachys Lavandulifolia* on fatigue, nausea and vomiting associated with primary dysmenorrhea. *Journal of ghazvin university of medical science*. 2011; 15(1):15-20.
13. Khanavi M, Sharifzadeh M, Hadjiakhoondi Z, Shafiee A. Antiinflammatory activity of aerial part of *Stachys byzantina*. *C Koch* . 2005; 97(3): 475-9.
14. Mirabi P, Mojab F. M203 Effect of *Stachys lavandulifolia* on severity and systemic manifestation of dysmenorrhea. *International journal Gynecology and Obstetrics*. 2012; 119 (3): 598.
15. Altman RD, Marcussen KC. Effects of ginger extract on knee pain in patients with osteoarthritis. *Arthritis & Rheumatism*. 2001; 44(11): 2531-8.

## Investigating the Effect of *Stachys Lavandulifolia* on Pain Reduction in Women with Dysmenorrhea

Shobeiri F<sup>1</sup>, Jenabi E<sup>2</sup>, Hajiloo mohajeran M<sup>3</sup>, Torkamani M<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Mother and Child Care Research Center, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran.

<sup>2</sup> Department of Midwifery, Toyserkan Branch, Islamic Azad university, Toyserkan, Iran.

<sup>3</sup> Department of Midwifery, Toyserkan Branch, Islamic Azad university, Toyserkan, Iran.

Received: 05 January, 2014; Accepted: 11 June, 2014

---

### Abstract

**Introduction:** Dysmenorrhea is one of the most common disorders in women, of which 60-93% of women suffer. The treatment of this disorder all over the world is using pain-killers, consuming herbal medicines and massage therapy. The aim of this study is to investigate the effects of *Stachys Lavandulifolia* on pain relief in women with primary dysmenorrhea.

**Methods:** The present study is a clinical research which has been conducted with the aim to investigate the effects of *Stachys Lavandulifolia* in menstrual pain relief in female students of Toyserkan Azad University being randomly selected. The students were randomly divided into control and experimental groups; each containing 45 students. Initially, the participants of intervention and control groups were requested to drink *Stachys Lavandulifolia* and placebo respectively at a dose of 10 gram, 3 times a day at the interval of 2 days before and 3 days after the menstruation period; continuing for 3 months. The results were registered before the intervention and 1 & 3 months after the intervention. The pain measurement instrument in this research was Visual Analog Scale. Independent t-test and X<sup>2</sup> were utilized in order to analyze the collected data.

**Results:** The findings showed a meaningful difference regarding pain severity in intervention group after 1 & 3 months of *Stachys Lavandulifolia* consumption comparing with control group (p=0/001); as the pain reduced after *Stachys lavandulifolia* consumption.

**Conclusion:** The results of the present study revealed that *Stachys Lavandulifolia* is effective in reducing menstruation pain and can be a fine alternative to chemical medicines and their side-effects.

**Key words:** Pain, Dysmenorrhea, *Stachys Lavandulifolia*.

---

\*Corresponding author: E.mail: en.jenabi@yahoo.com