

بررسی ارتباط بین کمبود ویتامین D در دختران و بروز منارک زودرس

نویسندگان: مینا هارونی^{۱*}، شادی گلی^۲، لیلا بازافت^۳
 دانشجوی کارشناسی مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف‌آباد، اصفهان، ایران
 مربی مامایی (عضو هیئت علمی)، دانشجوی دکترای بهداشت باروری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف‌آباد، نجف‌آباد، ایران
 دانشجوی کارشناسی مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف‌آباد، اصفهان، ایران
 آدرس نویسنده مسئول: اصفهان - نجف‌آباد - دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف‌آباد - دانشکده پرستاری مامایی
 Email: m.haruni.midwife@gmail.com

مقدمه:

منارک زودرس ریسک فاکتوری مهم جهت بروز بیماری‌های کاردیو متابولیک، سرطان و اختلالات روحی روانی در بزرگسالی می‌باشد. موقعیت جغرافیایی محل سکونت افراد که بر میزان دریافت نور خورشید موثر است می‌تواند بر سن منارک و بروز زودرس آن موثر باشد. این همراهی ممکن است با میزان ویتامین D در ارتباط باشد. این مطالعه مروری به منظور بررسی ارتباط بین وضعیت ویتامین D و بروز منارک در دختران صورت گرفته است. مدت و روشها:

این مطالعه مروری با استفاده از ۴۲ مقاله ایندکس شده در سایتهای معتبر Pubmed، Science direct، Elsevier بدست آمده است.

یافته‌ها:

بر اساس یافته‌های مطالعات مختلف پس از اندازه‌گیری غلظت ۲۵ هیدروکسی D در دختران ۱۰-۸ ساله و پیگیری آن‌ها به مدت ۳۰ ماه دختران در سه گروه دارای کمبود ویتامین D ($50 \text{ nmol/L} <$)، دریافت متوسط ویتامین D ($50-75 \text{ nmol/L}$) و دریافت کافی ویتامین D ($75 \text{ nmol/L} >$) دسته‌بندی شدند. حدود ۵۷٪ از دختران در گروه کمبود ویتامین D دچار منارک زودرس شدند، در مقایسه با ۲۳٪ دختران در گروه دریافت کافی ویتامین D. سن منارک در دختران دچار کمبود ویتامین D حدود ۱۱/۸ سال دیده شد. پس از تطابق سن و BMI در دختران، بروز منارک زودرس در دختران دچار کمبود ویتامین D تقریباً دوبرابر بیشتر دیده شد. نتیجه‌گیری: کمبود ویتامین D در دختران می‌تواند با بروز منارک زودرس همراه باشد. از آنجایی که منارک زودرس با عوارض مهمی چون چاقی، دیابت تیپ ۲، سرطان پستان و آندومتر و اختلالات رفتاری چون سوءمصرف الکل و مواد مخدر در بزرگسالی همراه می‌باشد، توجه به این مشکل از طریق دریافت کافی نور خورشید و رژیم غذایی مناسب و مکمل‌ها بسیار حائز اهمیت می‌باشد.