**بررسی اثربخشی "عصاره میوه گیاه خارمریم" بر علائم گرگرفتگی در خانم های یائسه: کارآزمایی بالینی دو سو کور شاهد دار تصادفی**

مقدمه: گرگرفتگی یکی از شایع‏ترین عوارض دوران یائسگی است و ابعاد مختلف زندگی زنان را تحت تاثیر قرار می‏دهد. هدف از این مطالعه بررسی اثر عصاره گیاه خارمریم بر گرگرفتگی و عوارض ناشی از آن در زنان یائسه در مقایسه با پلاسبو می‏باشد.

روش کار: در این مطالعه بالینی دو سو کور، هشتاد زن 45 تا 60 سال به صورت تصادفی به دو گروه مساوی دریافت کننده 400 میلی‏گرم عصاره یا پلاسبو تقسیم شده و به مدت 8 هفته این ترکیبات را استفاده نمودند. تعداد دفعات، شدت گرگرفتگی و سایر علایم یائسگی با استفاده از Greene Climacteric Scale (GCS) و اثرات گرگرفتگی بر ابعاد مختلف زندگی با استفاده از پرسشنامه Hot Flash Related Daily Interference Scale (HFRDIS) در شروع، هفته چهارم و هفته هشتم درمان و همچنین چهار هفته پس از پایان درمان مورد بررسی قرار گرفت. نتایج با نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته و P-value کمتر از 05/0 معنی‏دار در نظر گرفته شد.

نتایج: در گروه سیلی‏مارین دفعات گرگرفتگی از 20/0± 32/4 به 15/0 ± 31/1 در روز و شدت گرگرفتگی از 22/0 ± 25/5 به 08/0± 62/1 در پایان درمان تغییر یافت که در تمام مراحل نسبت به گروه پلاسبو معنی‏دار بود (001/0 p <). همچنین کاهش معنی‏داری در نمرات پرسشنامه GCS و HFRDIS در گروه درمان نسبت به گروه پلاسبو به دست آمد. کاهش علایم در تمام فاکتورها در یک ماه پس از پایان درمان نیز معنی‏دار بود (05/0 p <).

بحث و نتیجه گیری: عصاره خارمریم به خوبی شدت و دفعات گرگرفتگی را در زنان در سن یائسگی کاهش داد. با توجه به ایمن بودن و مصرف گسترده این فرآورده در دنیا، در صورت اثبات اثر‏گذاری آن در مطالعات تکمیلی می‏تواند به عنوان یک فرآورده گیاهی در این زمینه مورد استفاده قرار گیرد.