



## بررسی کاربرد رژیم غذایی با کالری پایین بر روی درد سیاتیکی تحت حاد؛ یک مطالعه مورد-شاهدی

محسن ناصری<sup>۱</sup>، آيسان نوزاد<sup>۲</sup>، فرزانه غفاری<sup>۳</sup>، میربهرام صفری<sup>۴</sup>، راضیه جعفری حاجتی<sup>۱</sup>

۱. مرکز تحقیقات کارآزمایی بالینی طب سنتی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران.
۲. متخصص طب سنتی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اورمیه، تهران، ایران.
۳. دانشکده طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.
۴. بخش ارتوپدی دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اورمیه، تهران، ایران.

**مقدمه:** درمان دردهای سیاتیکی با روش‌های جراحی و در بسیاری از موارد درمان‌های غیرجراحی و حمایتی می‌باشد. با توجه به اینکه در منابع اصیل طب سنتی ایران کاهش غذا به عنوان یکی از درمان‌های رایج بیماری‌های مزمن مطرح شده است، اثر رژیم غذایی با کالری پایین بر شدت درد سیاتیکی تحت حاد که بیشتر از سه ماه طول کشیده بود، بررسی شد. هدف: بررسی نتایج رژیم غذایی با کالری پایین (Low Calorie Diet) در بهبود درد و کاهش ناتوانی درد سیاتیکی تحت حاد.

**روش اجرا:** در یک مطالعه مورد-شاهدی، ۹۶ بیمار که کاندید جراحی نبودند با توجه به سن و جنس‌شان به دو گروه مشابه تقسیم شدند و برای یک گروه رژیم غذایی با کالری پایین برای یک ماه تجویز شد. بیماران در ابتدای مطالعه، روز ۱۵ و ۳۰ و ۶۰ ویزیت شدند و پرسشنامه درد «مک گیل» و ناتوانی «رولاند موریس» برای آن‌ها در هر ویزیت تکمیل شد و نتایج دو گروه به روش t-test با هم مقایسه شد.

**نتایج:** در گروه مورد، نمرات مک گیل و رولاند موریس بصورت واضحی نسبت به گروه شاهد کاهش یافته بود. نمره مک گیل گروه مورد در ابتدای مطالعه و روز ۱۵ و ۳۰ و ۶۰ به ترتیب  $۹/۹۴ \pm ۱/۹۷$ ،  $۸/۵۲ \pm ۱/۷۵$ ،  $۷/۰۶ \pm ۲/۳۸$  و  $۵/۹۸ \pm ۲/۹۳$  بود و نمرات گروه شاهد در همین روزها به ترتیب  $۸/۵۴ \pm ۱/۹۷$ ،  $۸/۷۱ \pm ۱/۶۶$ ،  $۸/۶۰ \pm ۲/۷۹$  و  $۸/۴۶ \pm ۲/۶۷$  بود ( $p < 0.001$ ). نمرات رولاند موریس گروه مورد در این روزها به ترتیب  $۹/۷۱ \pm ۲/۳۳$ ،  $۹/۷۱ \pm ۱/۹۷$ ،  $۷/۵۰ \pm ۲/۷۱$  و  $۶/۷۷ \pm ۲/۰۶$  و در گروه شاهد به ترتیب  $۱۰/۰۰ \pm ۲/۲۰$ ،  $۹/۹۴ \pm ۲/۹۶$  و  $۹/۸۵ \pm ۳/۳۲$  بود ( $p < 0.001$ ).

**نتیجه گیری:** یک دوره کوتاه مدت از رژیم غذایی با کالری پایین در کاهش درد و ناتوانی بیماران مبتلا به درد سیاتیکی تحت حاد که کاندید جراحی نیستند مؤثر است.

**کلید واژه‌ها:** رژیم غذایی با کالری پایین، درد، ناتوانی، طب سنتی