

رابطه ی قرص ضد بارداری و ویتامین ث

طبق آمارهای بدست آمده در ایران بیشترین روش جلوگیری از بارداری استفاده از قرصهای ضد بارداری است و این موضوع ما را بر آن داشت که به دنبال اثرات این قرصها روی متابولیسم های بدن بپردازیم و از آنجایی که نقش ویتامین ها در سلامت بدن بسیار ضروری است، بر روی يك ویتامین، ویتامین ث تحقیقاتی به انجام رساندیم که ابتدا از مطالعاتی که محققین قبل از ما انجام دادند استفاده کردیم که نمونه هایی از آنها طبق بررسی های زیر می باشد:

در مطالعه ای که ، *hudiburgh uk* و همکاران در سال 1979 به انجام رساندند هدفشان بررسی رابطه قرص ضد بارداری و آسکوربیک اسید در خانمهای جوان بود که از طریق اندازه گیری آسکوربیک اسید پلاسما و خون آنها که در طی سه روز يك قرص استفاده می کردند انجام شد با کنترل غذای دریافتی آنها و بررسی بر روی دریافت آسکوربیت اسید و چگونگی تغییر آسکوربیک اسید موجود در خون به این نتیجه دست یافتند که نشان داد دریافت کافی آسکوربیت اسید، وضعیت آن را، در کسانی که از قرص ضد بارداری استفاده می کنند طی دوران 6 ماه تا 7 سال را تغییر نمی دهد (1) همچنین در بررسی که توسط نوروزی و همکاران در سال 1385 به انجام رساندند به همین نتیجه دست یافتند که مصرف طولانی مدت این قرصها تاثیری در کاهش ویتامین ث خون مصرف کنندگان ندارند (10) اما در بررسی که توسط *Anderson* و همکاران در سال 1976 انجام شد به نتایجی دست یافتند که حاکی از این است که قرصهای ضد بارداری روی متابولیسم ویتامین ها اثر می گذارد و سطح آسکوربیک اسید را در پلاکهای خونی و گلبولهای سفید و پلاسما و اندرر کاهش می دهد (3) و طبق تحقیقات *Rivers* همین کاهش سطح در ویتامین ث مشاهده شده است. (2) همچنین در تحقیقات دیگر دیده شده است که اگر با کاهش سطح آسکوربیک اسید

مواجه شدیم با استفاده از قرص های آسکوربیک اسید می توان سریعاً این کاهش سطح را افزایش داد (8) در مطالعه ای که *Weininger* و همکاران در سال 1982 انجام دادند به این نتیجه رسیدند که نیازهای تغذیه ای این افراد برای این ویتامین افزایش می یابد (5) توصیه شده است کسانی که از قرصهای ضد بارداری استفاده می کنند به دلیل این کاهش سطح، دچار کمبود می شوند و در نتیجه باید از مکمل های ویتامین استفاد کنند (4) اما برخی محققین بر این باورند که مکمل های ویتامین فقط باید برای گروه های در معرض خطر بالا هستند توصیه شود (6) همچنین طبق تحقیقات *Zamah Nm* و همکاران در سال 1993 انجام شد دیده شده است که آسکوربیک اسید این توانایی را دارد که داروهایی که مانع اثر قرصهای ضد بارداری می شود را برطرف و از بین می برد (7).

1. J Am diet assoc. 1979 jul;75(1):19-22./Influence of oral contraceptives on ascorbic acid and triglyceride status./Hudiburgh NK, Milner AN.
2. Am j cline Nut
r. 1975 May;28(5):550-4./Oral contraceptive and ascorbic acid./Rivers JM.
- 3.Adv clin chem. 1976;18:247-87./Effects oral contraceptives on vitamin metabolism./Anderson KE, Bodansky O, Kappas A.
- 4.J Reprod med. 1980 oct;25(4):150-6./Nutritional effects of oral contraceptive use: a review./Webb JL.
- 5.Am J cline nutr. 1982;Jun;35(6):1408-16./effect of oral contraceptive agents on ascorbic acid metabolism in the rhesus monkey./Weininger J, King JC.
- 6.....1980 JUN;76(6):581-4./ Effect of oral contraceptive agents on vitamin and mineral .
- 7.Contraception. 1993 oct;48(4):377-91./ Absence of an effect of high vitamin C dosage on the systemic availability of ethinyl estradiol in women using a combination oral contraceptive ./Zamah NM, Humpel M, Kuhnz W, Louton T, Rafferty J, Back DJ.
- 8.J Hum nutr. 1981 aug;35(4):249-56./ effect of oral contraceptive use on ascorbic acid and vitamin A in lactation.
- 9.Indian J Nutr diet. 1980 mar;17(3):79-83./vitamin nutritional status of women using oral contraceptive pill./Murthy NK, Vijaya S.
10. /م, نوروزي- ر, زاوشي- ك, كريميان فرد- ر, مرتضوي- ف, و عميدي- عليپور حيدري. چكيده مقالات نهمين كنگره تغذيه ايران - تبريز- شهريور 1385 صفحه 188/رابطه بين مصرف قرصهاي جلوگیری از بارداری نوع LD و غلظت ویتامین C خون