

# رفع خستگی ناشی از پرتودرمانی سرطان پستان با "شیره انگور"

پژوهشگران ایرانی طی یک پژوهش در حوزه سرطان، تأثیر مصرف شیره انگور را به‌عنوان یک داروی طبیعی بر رفع معضل خستگی بعد از پرتودرمانی در بیماران مبتلابه سرطان پستان بررسی کردند و به نتایج قابل توجهی دست یافتند.

سرطان پستان رایج‌ترین سرطان در زنان سراسر جهان و از جمله ایران است. سرطان پستان حدود ۱۲ درصد از کل سرطان‌ها در زنان را شامل می‌شود و شایع‌ترین علت مرگ‌ومیر به‌واسطه سرطان در زنان است. روش‌های درمانی سرطان مانند شیمی‌درمانی و پرتودرمانی می‌توانند منجر به ایجاد عوارض جانبی بسیاری مانند خستگی و مشکلات خواب شوند. پرتودرمانی بعد از جراحی حفظ پستان یا رادیکال ماستکتومی اصلاح‌شده به همراه شیمی‌درمانی یا بدون آن، نقش حیاتی در درمان سرطان پستان دارد. در واقع پرتودرمانی، بخشی جدایی‌ناپذیر از مدیریت سرطان پستان است.

حدود نصف بیماران سرطانی تحت پرتودرمانی قرار می‌گیرند و حدود ۸۰ درصد چنین بیمارانی معمولاً از مشکل نوعی خستگی مزمن پس‌از این درمان رنج می‌برند. پاتولوژی خستگی هنوز به‌درستی مشخص نشده است، اما از آنجاکه التهاب یک جزء اساسی از پرتودرمانی به شمار می‌رود و شاخص‌های التهابی به‌ویژه سیتوکین‌ها به‌طور مستقیم با خستگی دوره پرتودرمانی ارتباط دارند، مکانیسم احتمالی خستگی را می‌توان به افزایش سیتوکین‌های التهابی نسبت داد. همچنین حدود ۳۷ درصد بیماران دچار اختلالات خواب ناشی از پرتودرمانی می‌شوند. خستگی و اختلالات خواب ناشی از پرتودرمانی منجر به کاهش کیفیت زندگی در زنان مبتلابه سرطان پستان می‌شوند و پزشکان همواره به دنبال راهی برای رفع آن بوده‌اند.

در رابطه با این موضوع، تیمی از پژوهشگران دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی با همکاری پژوهشکده معتمد جهاد دانشگاهی اقدام به انجام پژوهشی کرده‌اند که در آن تأثیر مصرف یک درمان طبیعی یعنی مصرف شیره انگور بر خستگی و کیفیت خواب در زنان مبتلابه سرطان پستان بررسی شده است.

در این تحقیق که نوعی کارآزمایی بالینی کنترل‌شده بوده است، ۴۴ زن مبتلابه سرطان پستان بین ۱۸ تا ۷۰ سال مشارکت داشته‌اند. برای گروهی از این افراد، روزانه ۱۰۰ گرم شیره انگور از ابتدای درمان تا یک هفته پس آن (پنج هفته) مصرف تجویز شد و سپس نمره خستگی و کیفیت خواب آن‌ها با گروهی که چنین دارویی را مصرف نکردند، مقایسه شد.

یافته‌های مطالعه نشان داد که مصرف شیره انگور می‌تواند برخی از عوارض ناشی پرتودرمانی مانند خستگی جسمی و [اختلال خواب](#) را در زنان مبتلابه سرطان پستان کاهش دهد.

به گفته احسان حجازی، پژوهشگر دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی و ۶ همکار دیگرش در این مطالعه، «در تحقیق ما، با مصرف شیره انگور، مقیاس خستگی جسمی بین دو گروه تفاوت معنی‌داری پیدا کرد. همچنین با بررسی امتیازات مربوط به کیفیت خواب نشان داده شد که اختلال خواب در گروهی که از شیره انگور استفاده کرده بودند، به‌طور معنی‌دار و قابل توجهی کاهش یافت».

آن‌ها افزوده‌اند: «بر اساس یافته‌های این مطالعه، مصرف شیره انگور در طول پرتودرمانی برای [سرطان پستان](#)، یک راه حل مقرون‌به‌صرفه، در دسترس و بدون عوارض جانبی است که منجر به کاهش برخی از عوارض ناشی از پرتودرمانی می‌شود. لذا مصرف آن می‌تواند در افراد مبتلابه سرطان پستان منجر به ارتقای سطح سلامت و کیفیت زندگی شود».

این یافته‌های علمی پژوهشی که راه حلی طبیعی را برای یک مشکل شایع در بیماران سرطانی ارائه می‌دهند، در «مجله علوم تغذیه و صنایع غذایی ایران» متعلق به انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور منتشر شده‌اند.

**خبرنگار: محمدرضا دلفیه**