



تتشرف كلية الدراسات العليا وكلية الأغذية والزراعة بدعوتكم لحضور

### مناقشة رسالة الدكتوراه

#### العنوان

تأثير مطحون التوابل على مستوى سكر الدم ودهون الدم ومكونات الجسم في البالغين المعرضين للإصابة بأمراض القلب و الأوعية الدموية: دراسة خاضعة للسيطرة، عشوائية، منفردة و موازية التصميم

#### للطالبة

دانة حسن الخطيب

#### المشرف

د. عائشة الظاهري، قسم التغذية والصحة

كلية الأغذية والزراعة

#### المكان والزمان

08:30 صباحاً

الثلاثاء، 20 نوفمبر 2018

قاعة 1028، مبنى كلية التقنية

#### الملخص

لاحظ باحثون أسبقون خصائص متعددة للتوابل منها خاضية مكافحة السكري وخصائية مضادات الأكسدة وخصائية مضادات الالتهابات وأيضا خصائية مضادات السرطنة ومدى تأثيرها على تركيبة الجسم ومقاييس الدم وضغطه. تهدف هذه الدراسة البحثية لتحليل سبعة أنواع من التوابل الشائع استخدامها لمعرفة ما تحتويه من مغذيات كبيرة المقدار وزهيدة المقدار ومن سكريات ودهون و فيتامينات. كما تهدف أيضا لقياس مدى تأثير استهلاك الزنجبيل والقرفة وحب البركة (الحبة السوداء) على مستوى السكر في الدم ومستوى الدهون وتركيبه الجسم لمشاركين معرضين لخطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية تم تحليل سبع أنواع من البهارات الشائع استخدامها للتحري عن محتوياتها التقريبية من المعادن والسكريات و الدهون و الفيتامينات. إضافة إلى ذلك، تم تقسيم 120 مشترك معرضين لخطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية بشكل عشوائي على أربع مجموعات علاجية. تم توزيع المشتركين عشوائيا على ثلاث مجموعات علاجية (مجموعة الزنجبيل ومجموعة القرفة ومجموعة حبة البركة) وكانت هناك مجموعة أخرى للعلاج الوهمي (البلاسيبو). قام كل مشارك باستهلاك ثلاثة غرامات في اليوم الواحد من مطحون التوابل أو مطحون البلاسيبو لمدة 12 أسبوعاً من التدخل السريري العشوائي. تم جمع البيانات المتعلقة بمؤشرات مختلفة من المشاركين في بداية التجربة وفي منتصفها وعند نهايتها. ولوحظ أن تناول مطحون التوابل بأنواعها قد حسن من قياس محيط الخصر وكتلة الدهون في الجسم والوزن ونسبة كتلة الجسم ونسبة الدهون بالدم وتركيز غلوكوز الدم "على الريق" و الدهون الثلاثية بشكل كبير، مقارنة مع مجموعة العلاج الوهمي ( $p \leq 0.05$ ) لذلك أظهرت نتائج تحاليل مكونات التوابل الكيميائي بأنها تحتوي على مغذيات كبيرة المقدار (الزيوت تحديدا) و زهيدة المقدار. لذلك ، يمكن استخدام المركبات الفعالة في التوابل في الأدوية والمكملات الغذائية وفي العلاجات وذلك لما تحتويه من مستوى عللي من المغذيات القيمة. و تبين أن تناول ثلاثة غرامات يوميا من التوابل (الزنجبيل و القرفة و حبة البركة) على مدار 12 أسبوع يساعد وبشكل ملحوظ في تحسين تركيبة الجسم ومستوى السكر بالدم ونسبة الدهون. بشكل عام أثبتت هذه الدراسة أن استهلاك مطحون التوابل ( الزنجبيل و القرفة و حبة البركة ) ساعد على تنظيم و تقليل مخاطر الإصابة بالأمراض القلبية والأوعية الدموية.

كلمات البحث الرئيسية: الزنجبيل، القرفة، حبة البركة، المتلازمة الأيضية ، مستوى الدهون، تركيبة الجسم، تحليل تقريبي، مستوى السكر بالدم.