

Nowości bibliograficzne

Korzeń ashwagandhy skutecznym środkiem w łagodzeniu dolegliwości klimakterium

Gopal S, Aijaonkar A, Kanchi P et al.: Effect of an ashwagandha (*Withania Somnifera*) root extract on climacteric symptoms in women during perimenopause: A randomized, double-blind, placebo-controlled study. *J Obstet Gynaecol Res* 2021; 47: 4414-4425.

Klimakterium to okres, w którym następuje wiele zmian fizjologicznych prowadzących do ostatniej miesiączki. Towarzyszą temu liczne dolegliwości, które obejmują czas przed menopauzą i po menopauzie. W randomizowanym, podwójnie zaślepionym, kontrolowanym placebo badaniu przeprowadzonym na grupie 100 kobiet w okresie okołomenopauzalnym przez 8 tygodni podawano 2 razy dziennie placebo lub 300 mg ekstraktu z korzenia ashwagandhy. Celem badania była ocena tolerancji i skuteczności badanego ekstraktu na objawy klimakterium, jakość życia (QoL) i parametry hormonalne u badanych uczestniczek.

Wyniki mierzono za pomocą skali oceny menopauzy (MRS), QoL specyficznej dla menopauzy (MENQoL) oraz oceny częstotliwości uderzeń gorąca i zmian w poziomie hormonów, takich jak: estradiol, hormon folikulotropowy (FSH), hormon luteinizujący (LH) i testosteron. Badanie ukończyło 91 kobiet. W odniesieniu do placebo przyjmowanie ekstraktu z *Witaniae somniferae radix* miało istotny statystycznie wpływ na redukcję całkowitego wyniku MRS ($p < 0,0001$), co wyrażało się poprzez znaczną redukcję psychologicznych ($p = 0,0003$), somato-wegetatywnych ($p = 0,0152$) i moczowo-płciowych ($p < 0,0001$) domen. Stosowanie korzenia ashwagandhy, w porównaniu z placebo, wiązało się także ze statystycznie istotnym zmniejszeniem całkowitej punktacji MENQoL ($p < 0,0001$), statystycznie istotnym wzrostem stężenia estradiolu w surowicy ($p < 0,0001$) oraz istotnym zmniejszeniem w surowicy stężenia FSH ($p < 0,0001$) i LH ($p < 0,05$). Nie zaobserwowano istotnych różnic pomiędzy grupą badaną a placebo w przypadku stężenia testosteronu w surowicy.

Otrzymane wyniki badań wskazują, że ekstrakt z korzenia ashwagandhy stosowany w dawce dobowej wynoszącej 600 mg może być rozważany jako skuteczny i bezpieczny środek w niwelowaniu łagodnych do umiarkowanych objawów w okresie okołomenopauzalnym u kobiet.

Korzystne działanie olejku z nasion czarnuszki siewnej w niedoczynności i nadczynności tarczycy – badania *in vivo*

Avci G, Ulutas E, Ozdemir V et al.: The positive effect of black seed (*Nigella sativa* L.) essential oil on thyroid hormones in rats with hypothyroidism and hyperthyroidism. *J Food Biochem* 2022; 46: e13801.

Nadczynność i niedoczynność tarczycy są bardzo powszechnymi chorobami związanymi z zaburzeniami produkcji i wydzielania hormonów: tyroksyny (T4) i trójiodotyroniny (T3). W badaniu *in vivo* przeprowadzonym na szczurach analizowano wpływ olejku eterycznego otrzymanego z nasion *Nigella sativa* (NSE) na hormony tarczycy i równowagę antyoksydacyjną w modelach niedoczynności tarczycy (HT) i nadczynności tarczycy (HP), indukowanych odpowiednio propylotiouracylem (PTU) i L-tyroksyną (LT4) przez okres 4 tygodni. Badanie przeprowadzono na 48 samcach szczurów albinosów rasy Wistar w wieku 5-6 miesięcy, o średniej masie ciała 180-290 g, a olejek z nasion czarnuszki siewnej (zawierający głównie tymochinon i cymen) podawano przez zgłębник żołądkowy w dawce 200 mg/kg masy ciała. Zwierzęta podzielono w sumie na 8 grup – cztery grupy z niedoczynnością tarczycy (1 – kontrola, 2 – HT, 3 – NSE, 4 – HT + NSE) i cztery grupy z nadczynnością tarczycy (1 – kontrola, 2 – HP, 3 – NSE, 4 – HP + NSE). W wyniku przeprowadzonych badań stwierdzono, że podawanie NSE zwiększa całkowitą trójiodotyroninę (TT3) i zmniejsza tlenek azotu w grupie HT + NSE, z kolei w grupie HP + NSE odnotowano spadek TT3 i wzrost całkowitej zdolności przeciwutleniającej. Otrzymane wyniki sugerują, że NSE może mieć korzystny wpływ na nieprawidłowości związane z funkcjonowaniem gruczołu tarczowego ze względu na swoje właściwości przeciwutleniające. Przeprowadzone badanie wyraźnie wskazuje na pozytywny wpływ NSE, szczególnie na poziomy TT3, w modelach niedoczynności i nadczynności tarczycy. Na ich podstawie można stwierdzić, że olejek eteryczny z nasion czarnuszki siewnej może być rozważany jako alternatywny naturalny składnik wspomagający w celu poprawy poziomu hormonów tarczycy i łagodzenia zwiększonego stresu oksydacyjnego.

*Wybór i opracowanie
dr n. farm. Joanna Nawrot*