**عنوان:** تأثیر گیاه اشنان در پیشگیری از بروز سیستیت راجعه در زنان سنین باروری: یک کارآزمایی بالینی تصادفی کنترل شده

**مقدمه:** ابتلا به سیستیت دو یا بیش از دو بار در 6 ماه و سه یا بیش از سه بار در طول 12 ماه را سیستیت راجعه گویند. این بیماری شایع بوده وامروزه WHO پزشکی جایگزین و پزشکی گیاهی را برای درمان و کنترل علایم سیستیت راجعه، توصیه کرده است. لذا این مطالعه با هدف تعیین تاثیر اشنان بر پیشگیری از بروز سیستیت راجعه در زنان در سنین باروری انجام شده است.

**روش کار و مواد**: این کارآزمایی بالینی سه سو کور بر روی 126 زن (63نفر در هر گروه) در سنين 15 تا 49 سال و مبتلا به سیستیت راجعه مراجعه­کننده به كليه مراکز بهداشتی و درمانی شهرستان پارس­آباد از مهر ماه سال 1396 تا آذر ماه سال 1397 انجام گرفت. مشارکت کنندگان با روش بلوک­بندی تصادفی به دو گروه شامل گروه اشنان و گروه کنترل تخصیص یافتند. مشارکت­کنندگان روزانه 3 کپسول 500 میلی­گرمی اشنان یا پلاسبو نیم ساعت بعد از سه وعده غذایی (صبحانه، ناهار و شام) به صورت خوراکی با یک لیوان پر از آب به مدت 2 ماه میل کردند. افراد مورد مطالعه در پایان 2، 4 و 6 ماه پس از مداخله و هر زمانی که علایم بالینی سیستیت را داشتند مورد ارزیابی کلینیکی (بررسی علایم بالینی) و پاراکلینیکی (کشت ادرار) قرار گرفتند.

**یافته­ها:** نتایج این مطالعه نشان داد که میزان بروز سیستیت در 2، 4 و 6 ماه بعد از شروع مداخله در گروه اشنان در مقایسه با گروه کنترل به طور معنی داری آماری کمتر بود (001/0P<). میزان بروز سیستیت راجعه (دو یا بیش از دو بار عفونت ادراری در طول 6 ماه) نیز در گروه اشنان در مقایسه با گروه کنترل به طور معنی داری کمتر بود (001/0P<). 2 ماه بعد از شروع مداخله در گروه اشنان در مقایسه با گروه کنترل میزان بروز علائم تکرر ادرار، دیزوری بطور معنی دار کمتر بود (05/0P<). 4 ماه بعد از مداخله، میزان بروز علائم تکرر ادرار، درد ناحیه بالای عانه در گروه اشنان در مقایسه با گروه کنترل به طور معنی­داری کمتر بود (05/0P<). 6 ماه بعد از مداخله، در گروه اشنان در مقایسه با گروه کنترل میزان بروز علائم تکرر ادرار و ادرار کم حجم و دیزوری به طور معنی­دار کمتر بود (05/0P<). در این مطالعه هیچ عارضه جانبی در گروه اشنان و پلاسبو رویت نگردید.

**نتیجه­گیری:** مصرف اشنان می­تواند منجر به بهبود علایم سیستیت و پیشگیری از بروز سیستیت راجعه در زنان در سنین باروری شود.

**کلمات کلیدی**: Seidlitzia rosmarinus، سیستیت راجعه، سیستیت، اشنان، عفونت مجاری ادراری.