



فرم پیام پژوهشی

عنوان طرح تحقیقاتی: بررسی سطح سرمی مواد معدنی (آهن، منیزیم و روی) و ویتامین‌های D و B12 در افراد اقدام‌کننده به خودکشی در شهر رفسنجان در سال ۱۳۹۹

تاریخ خاتمه طرح: ۱۴۰۴/۰۸/۱۷

مجری یا محقق اصلی و همکاران با ذکر وابستگی هر فرد:

محسن رضائیان (مدیر اجرایی): مرکز تحقیقات محیط کار، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران. و گروه اپیدمیولوژی و آمار زیستی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران
مرضیه سلندری رابری (مجری): مرکز تحقیقات محیط کار، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران
حسن احمدی نیا (همکار): مرکز تحقیقات محیط کار، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران. و گروه اپیدمیولوژی و آمار زیستی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران
علیرضا طاهری فرد (همکار): مرکز تحقیقات محیط کار، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران
عبدالرضا نسب حسینی (همکار): مرکز تحقیقات محیط کار، دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، رفسنجان، ایران

عنوان پیام پژوهشی (حداکثر ۲۰ کلمه):

نقش مواد معدنی و ویتامین‌ها در افسردگی و اقدام به خودکشی

پیام کلیدی (حداکثر ۸۰ کلمه):

نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که اختلال در سطح برخی مواد معدنی و ویتامین‌ها، به‌ویژه ویتامین D و منیزیم، می‌تواند با افسردگی و اقدام به خودکشی مرتبط باشد. توجه به تغذیه مناسب و بررسی دوره‌ای این ریزمغذی‌ها در افراد در معرض خطر، می‌تواند به شناسایی زودهنگام و کاهش احتمال بروز رفتارهای خودآسیب‌رسان کمک کند.

متن پیام پژوهشی (حداکثر ۲۴۰ کلمه):

• اهمیت موضوع (۵۰ کلمه)

اقدام به خودکشی یکی از مهم‌ترین مشکلات سلامت روان در جوامع امروزی است. شناسایی عوامل زیستی قابل پیشگیری، مانند کمبود ویتامین‌ها و مواد معدنی، می‌تواند به طراحی راهکارهای ساده، کم‌هزینه و مؤثر برای کاهش افسردگی و پیشگیری از خودکشی کمک کند.

• مهمترین نتایج طرح به زبان غیر تخصصی (۷۰ کلمه)

رفسنجان، بلوار امام علی (ع)، سازمان مرکزی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، معاونت تحقیقات و فناوری

تلفن: ۰۳۴-۳۴۲۸۰۰۸۶ | فاکس: ۰۳۴-۳۴۲۸۰۰۹۷ | Email: vcrt@rums.ac.ir



فرم پیام پژوهشی

در این مطالعه مشخص شد بخش قابل توجهی از افرادی که اقدام به خودکشی کرده بودند، دچار کمبود ویتامین D و در مواردی کمبود منیزیم بودند. همچنین بسیاری از این افراد علائم افسردگی متوسط تا شدید داشتند. این یافته‌ها نشان می‌دهد وضعیت تغذیه و ریزمغذی‌های بدن می‌تواند با سلامت روان و رفتارهای پرخطر ارتباط داشته باشد.

• موارد کاربرد نتایج طرح (۸۰ کلمه)

نتایج این پژوهش می‌تواند در برنامه‌های پیشگیری از افسردگی و خودکشی مورد استفاده قرار گیرد. بررسی سطح ویتامین‌ها و مواد معدنی در افراد پرخطر، آموزش تغذیه سالم، و مداخلات ساده مانند اصلاح رژیم غذایی یا مکمل‌درمانی می‌تواند به عنوان بخشی از خدمات سلامت روان، به کاهش افسردگی و پیشگیری از اقدام به خودکشی کمک کند.

تأثیرات و کاربرد ها:

- تأثیر ۱: این پژوهش نشان می‌دهد که بررسی و اصلاح وضعیت ویتامین D و منیزیم می‌تواند به عنوان یک عامل زیستی قابل مداخله، در کاهش شدت افسردگی و رفتارهای خودآسیب‌رسان در افراد در معرض خطر مؤثر باشد.
- تأثیر ۲: یافته‌ها می‌توانند مبنایی برای ادغام پایش ریزمغذی‌ها در برنامه‌های سلامت روان، به ویژه در مراکز درمانی و اورژانس‌های بیمارستانی، به منظور شناسایی زودهنگام افراد پرخطر باشند.

محدودیت های شواهد چه بودند؟

این مطالعه به صورت مقطعی و با حجم نمونه محدود انجام شد، بنابراین امکان استنباط رابطه علی قطعی وجود ندارد. همچنین نبود گروه کنترل و محدود بودن داده‌ها به یک مرکز درمانی، قابلیت تعمیم نتایج به کل جمعیت را کاهش می‌دهد. انجام مطالعات طولی و مداخله‌ای با حجم نمونه بیشتر پیشنهاد می‌شود.

مخاطبان طرح پژوهشی:

- سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان حوزه سلامت روان
- پزشکان، روان‌پزشکان و روان‌شناسان
- کارشناسان تغذیه و سلامت عمومی
- مدیران مراکز درمانی و اورژانس‌ها



- پژوهشگران حوزه افسردگی و پیشگیری از خودکشی

آیا این خبر می تواند از نظر اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، بهداشتی، ارزش های دینی و قوانین سازمان غذا و دارو، تبعاتی داشته باشد؟

این خبر تبعات منفی اجتماعی، سیاسی یا فرهنگی ندارد و با ارزش های دینی و فرهنگی جامعه در راستای حفظ جان انسان ها و پیشگیری از آسیب همسو است. از نظر بهداشتی، می تواند موجب افزایش آگاهی عمومی شود. با این حال، تأکید می شود هرگونه توصیه به مصرف مکمل ها باید مطابق با دستورالعمل های وزارت بهداشت و قوانین سازمان غذا و دارو و تحت نظر پزشک انجام شود.

در صورتی که این طرح منتج به مقاله شده است لینک مقاله درج شود:

<https://ijph.tums.ac.ir/index.php/ijph/article/view/35486>

ایمیل ارتباطی و تلفن مجری اصلی طرح:

دکتر محسن رضاییان: moeygmr@yahoo.co.uk

تلفن: ۰۹۱۲۳۰۱۴۲۱۶

منابع و مراجع: حداکثر چهار مرجع اصلی استفاده شده در طرح تحقیقاتی مورد نظر را ذکر نمایید

1. Kim SY, Jeon SW, Lim WJ, Oh KS, Shin DW, Cho SJ, et al. Vitamin D deficiency and suicidal ideation: A cross-sectional study of 157,211 healthy adults. *J Psychosom Res.* 2020;134:110125.
2. Grudet C, Malm J, Westrin Å, Brundin L. Suicidal patients are deficient in vitamin D, associated with a pro-inflammatory status in the blood. *Psychoneuroendocrinology.* 2014;50:210–9.
3. Rajizadeh A, Mozaffari-Khosravi H, Yassini-Ardakani M, Dehghan A. Effect of magnesium supplementation on depression status in depressed patients: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Nutrition.* 2017;35:56–60.
4. Hidese S, Saito K, Asano S, Kunugi H. Association between iron-deficiency anemia and depression: A web-based Japanese investigation. *Psychiatry Clin Neurosci.* 2018;72(7):513–21