

نام و نام خانوادگی : الهام رزم پوش

وضعیت : متاهل

آخرین مدرک تحصیلی: دکتری تخصصی (PhD) علوم تغذیه

محل کار : مرکز تحقیقات تغذیه در بیماری های غدد درون ریز دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

تلفن: ۲۲۴۳۲۵۰۰ (داخلی ۴۰۵)

پرو فایل :

Google Scholar: <https://scholar.google.com/citations?user=MALe89kAAAAJ&hl=en>

Scopus: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=55885385000>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5476-2973>

Publon: <https://publons.com/researcher/2176826/elham-razmpoosh>

H index فعلی: (ماه ژون ۲۰۲۲) : ۱۲

Citations کلی: ۵۵۱

محل اخذ آخرین مدرک تحصیلی

تاریخ شروع دوره دکتری: بهمن ۱۳۹۴

رشته: علوم تغذیه - دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد

سهمیه قبولی: آزاد

دوره: روزانه

معدل کل: ۱۷/۹۷

گرایش دکتری (کهاد): فارماکولوژی

عنوان پایان نامه: بررسی اثر مکمل خوراکی *Nigella Sativa* بر بیان ژنهای مرتبط با چاقی و آدیپوژنز، و

سطوح سرمی فاکتورهای بیوشیمیایی به روش کارآزمایی بالینی با طراحی **cross-over**

اساتید راهنما: خانم دکتر آزاده نجارزاده (دکتری تغذیه، استاد تمام دانشکده بهداشت دانشگاه علوم

پزشکی شهید صدوقی یزد)، آقای دکتر امین صالحی ابرقویی، دانشیار دانشکده بهداشت دانشگاه علوم

پزشکی شهید صدوقی یزد و خانم دکتر مهتا مظاهری (پزشک و متخصص ژنتیک، استاد تمام دانشکده

پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد).

تاریخ اتمام دوره دکتری: ۳۱ تیرماه ۱۳۹۹

افتخارات :

۱. پذیرش نهایی ثبت اختراع ملی یک مکمل غذایی کشوری (۱۴۰۱)
۲. منتخب دریافت کمک هزینه مالی از بنیاد ملی نخبگان (۱۴۰۰)
۳. نویسنده اصلی در نوشتن "پروتکل ملی تغذیه برای COVID-19" (تعامل غذایی و دارویی) در سال ۱۴۰۰
۴. پذیرش نهایی ثبت اختراع ملی یک مکمل غذایی در مرکز مالکیت معنوی کشور (۱۴۰۰)
۵. پذیرش نهایی در ۱۶ امین فراخوان جذب هیات علمی وزارت بهداشت در "مرکز تحقیقات سرطان پستان معتمد" (جهاد دانشگاهی دانشگاه علوم پزشکی تهران) در تهران (۱۳۹۹)
۶. کسب امتیاز حد نصاب و پذیرش در سیصد و سی و دومین جلسه شورای پژوهشی پژوهشکده علوم غدد درون ریز شهید بهشتی تهران، در قالب هیات علمی ضریب کا در مرکز تحقیقات تغذیه و غدد درون ریز (۱۳۹۹)
۷. همکار اصلی بخش تغذیه طرح کوهورت ۵ ساله در رابطه با کیفیت زندگی بیماران مبتلا به سرطان پستان در مرکز تحقیقات سرطان پستان معتمد، و دریافت گرنت از نیماد (۱۳۹۸)
۸. همکار اصلی طرح جامع ارزیابی اثر مداخله سبک زندگی بر کیفیت زندگی زنان مبتلا به سرطان پستان به روش فراتحلیل و منتخب دریافت کمک هزینه مالی از جهاد دانشگاهی
۹. برگزیده دریافت کمک هزینه مالی (grant) برای پایان نامه دکتری از صندوق حمایت از پژوهشگران در سال ۱۳۹۷
۱۰. دریافت کمک هزینه مالی (grant) برای پایان نامه دکتری از دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد در سال ۱۳۹۷
۱۱. منتخب پژوهشگر سال ۱۳۹۷، با بیشترین استناد (citation) افیلیشن دانشکده بهداشت علوم پزشکی یزد در چاپ مقالات بین المللی
۱۲. منتخب استعداد برتر، و برگزیده دریافت جایزه تحصیلی از بنیاد ملی نخبگان، دوره دکتری، در سال ۱۳۹۵ در دانشگاه علوم پزشکی یزد
۱۳. برگزیده دریافت کمک هزینه مالی از بنیاد ملی نخبگان در سال ۱۳۹۵
۱۴. دریافت هزینه در پایان نامه ارشد مشترک با مرکز تحقیقات غدد شهید بهشتی در قالب طرح پژوهشی (۱۳۹۲)
۱۵. برگزیده دانشجوی استعداد درخشان (سال ۱۳۹۳)
۱۶. کسب رتبه اول فارغ التحصیلی دانشجویان تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی قزوین در سال ۱۳۹۳
۱۷. کسب رتبه اول در بین قبول شدگان کارشناسی ارشد دانشگاه علوم پزشکی قزوین در سال ۱۳۹۰

سوابق کاری :

۱. پژوهشگر در مرکز تحقیقات سرطان پستان معتمد، به مدت ۲/۵ سال ۹۷-۹۹
۲. مشاور تغذیه در کلینیک تخصصی سرطان پستان معتمد. ۹۷-۹۹
۳. داور اصلی، در مجله تغذیه و امنیت غذایی یزد (۹۶-کنون)
۴. مشاور تغذیه در کلینیک زیبایی و رژیم درمانی "رز"، تهران، (۹۳-۹۵)
۵. مشاور تغذیه در مرکز تغذیه کودک و نوجوان بهرامی در تهران، (۹۱-۹۳)
۶. مشاور تغذیه دیابت در مرکز تحقیقات غدد و متابولیسم شهید بهشتی ، به مدت ۶ ماه در طول اجرای پایان نامه اینجانب به صورت داوطلبانه. (۹۲-۹۳)
۷. مشاور تغذیه و رژیم درمانی در درمانگاه فاطمه الزهرا(س)، به مدت ۲ سال (۹۱-۹۲)
۸. مدرس جلسات تغذیه و رژیم درمانی در کلینیک دیابت و مشاور تغذیه و رژیم درمانی ویژه افراد مبتلا به دیابت در درمانگاه فاطمه الزهرا(س) ، به مدت ۲ سال، (۹۱-۹۲)
۹. مدرس درس "اصول تغذیه" در دانشگاه علوم پزشکی قزوین ، مقطع کارشناسی رشته پرستاری، به مدت ۱ ترم (۱۳۹۱)
۱۰. مشاور تغذیه در خانه بهداشت مرکز نور سعادت تهران ، به مدت ۲ ماه (سال ۱۳۸۹)

1. Mahsa Raji Lahiji, Russell J de Souza, Mitra Zarrati, **Elham Razmpoosh**, Shapour **Jaberzadeh**. (2022) The effect of dietary-based lifestyle modification approaches on anthropometric indices and dietary intake parameters in women with breast cancer: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials, *Advances in Nutrition*, (Q1, IF=8.7, [H-Index: 103](#)) [LINK](#) (*corresponding author*)
2. **Razmpoosh, E.**, et al. (2022). Effects of Nigella sativa supplementation on blood concentration and mRNA expression of TNF- α , PPAR- γ and adiponectin, as major adipogenesis-related markers, in obese and overweight women: A crossover, randomized-controlled trial. *British Journal of Nutrition* (Q1, IF=4.3, [H-Index=198](#)) [LINK](#)
3. Nabhani Z., **Razmpoosh, E.**, et al. (2022) Effects of synbiotic supplementation on cardiovascular-related parameters in patients with gestational diabetes mellitus: a secondary-data analysis of a randomized double-blind controlled trial. (*corresponding Author*, Accepted in *Diabetol Metab Syndr*, Q1, IF=3.8)
4. Ahmadian, F., **Razmpoosh, E.**, Ejtahed, HS. et al. (2022) Effects of probiotic supplementation on major cardiovascular-related parameters in patients with type-2 diabetes mellitus: a secondary-data analysis of a randomized double-blind controlled trial. *Diabetol Metab Syndr* 14, 52 (Q1, IF= 3.8, H-Index=55) [LINK](#)
5. **Razmpoosh, E.**, et al. (2020). The effects of lifestyle modification, including dietary and physical activity interventions, on Anthropometric indices and Quality of life of patients with breast cancer: A systematic review and meta-analysis of clinical trials. *European Journal of Cancer*, 138, S82. (Q1, IF=7.2, [H index: 214](#)) [LINK](#)
6. Lahiji, M. R., Najafi, S., Janani, L., Yazdani, B., **Razmpoosh, E.**, & Zarrati, M. (2021). The effect of synbiotic on glycaemic profile and sex hormones in overweight and obese breast cancer survivors following a weight-loss diet: A randomized, triple-blind, controlled trial. *Clinical Nutrition*, 40(2), 394-403. (Q1, IF=6.7, [H-index: 140](#)) [LINK](#)
7. **Razmpoosh, E.**, et al. (2020). The effect of Nigella sativa on the measures of liver and kidney parameters: a systematic review and meta-analysis of randomized-controlled trials. *Pharmacological Research*, 156, 104767. (Q1, IF=5.57, [H index: 132](#)) [LINK](#)
8. Sohoul, MH., **Razmpoosh, E.**, et al. (2021) "The effect of omega-3 supplementation in patients with epilepsy: A meta-analysis" in *Epilepsia* (Q1, IF=5.86, [H-index: 191](#)) [LINK](#)
9. **Razmpoosh, E.**, et al. (2021). The effect of Nigella sativa supplementation on cardiovascular risk factors in obese and overweight women: a crossover, double-blind, placebo-controlled randomized clinical trial. *European Journal of Nutrition*, 60(4), 1863-1874. (Q1, IF=4.7, [H-index: 96](#)) [LINK](#)
10. **Razmpoosh, E.**, et al. (2019). Effects of oral Nigella sativa oil on the expression levels and serum concentrations of adiponectin, PPAR- γ , and TNF- α in overweight and obese women: a study protocol for a crossover-designed, double-blind, placebo-controlled randomized clinical trial. *Trials*, 20(1), 1-8. (Q1, IF=2.01, [H-index: 78](#)) [LINK](#)
11. Nabhani, Z., Hezaveh, S. J. G., **Razmpoosh, E.**, et al. (2018). The effects of synbiotic supplementation on insulin resistance/sensitivity, lipid profile and total antioxidant capacity in women with gestational diabetes mellitus: a randomized double blind placebo controlled clinical trial. *diabetes research and clinical practice*, 138, 149-157. (Q1, IF=4.2, [H-index=114](#)) [LINK](#)
12. **Razmpoosh, E.**, et al. (2016). Probiotics as beneficial agents in the management of diabetes mellitus: a systematic review. *Diabetes/metabolism research and reviews*, 32(2), 143-168 (Q1, IF=3.4, [H-index: 110](#)). [LINK](#)
13. Zarrati, M., Lahiji, M. R., Salehi, E., Yazdani, B., **Razmpoosh, E.**, et al. (2019). Effects of probiotic yogurt on serum omentin-1, adropin, and nesfatin-1 concentrations in overweight and obese participants under low-calorie diet. *Probiotics and antimicrobial proteins*, 11(4), 1202-1209. (IF=3.6) [LINK](#)

14. Yazdani, B., Shidfar, F., Salehi, E., Baghbani-arani, F., **Razmpoosh, E., et al.** (2018). Probiotic plus low-calorie diet increase gene expression of Toll-like receptor 2 and FOXP3 in overweight and obese participants. *Journal of Functional Foods*, 43, 180-185. (Q1, IF=3.7, [H-index=84](#)) [LINK](#)
15. Zarrati, M., Hojaji, E., **Razmpoosh, E., et al.** (2016). Is high waist circumference and body weight associated with high blood pressure in Iranian primary school children?. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 21(4), 687-693. (Q1, IF=3.6, [H-index:45](#)) [LINK](#)
16. Safi, S., **Razmpoosh, E., et al.** (2021). The effect of Nigella sativa on appetite, anthropometric and body composition indices among overweight and obese women: A crossover, double-blind, placebo-controlled, randomized clinical trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 57, 102653. (Q1, IF=2.01, [H index=64](#)) [LINK](#)
17. Mirzavandi, F., Talenezhad, N., **Razmpoosh, E., et al.** (2020). The effect of intramuscular megadose of vitamin D injections on E-selectin, CRP and biochemical parameters in vitamin D-deficient patients with type-2 diabetes mellitus: A randomized controlled trial. *Complementary therapies in medicine*, 49, 102346. (IF=2.03, [H-index=64](#)) [LINK](#)
18. Abdollahi, R., Najafi, S., **Razmpoosh, E., et al.** (2019). The effect of dietary intervention along with nutritional education on reducing the gastrointestinal side effects caused by chemotherapy among women with breast cancer. *Nutrition and cancer*, 71(6), 922-930. (IF=2.36, [H-index=117](#)) [LINK](#)
19. Najafi, S., Haghighat, S., Raji Lahiji, M., **Razmpoosh, E., et al.** (2019). Randomized study of the effect of dietary counseling during adjuvant chemotherapy on chemotherapy induced nausea and vomiting, and quality of life in patients with breast cancer. *Nutrition and cancer*, 71(4), 575-584. (IF=2.36, [H-index=117](#)) [LINK](#)
20. Cheshmazar, E., Hosseini, A. F., Yazdani, B., **Razmpoosh, E., & Zarrati, M.** (2020). Effects of Vitamin D Supplementation on Omentin-1 and Spexin Levels, Inflammatory Parameters, Lipid Profile, and Anthropometric Indices in Obese and Overweight Adults with Vitamin D Deficiency under Low-Calorie Diet: A Randomized Placebo Controlled Trial. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2020. ([H-index=90](#)) [LINK](#)
21. **Razmpoosh, E., et al.** (2019). The effect of probiotic supplementation on glycaemic control and lipid profile in patients with type 2 diabetes: A randomized placebo controlled trial. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 13(1), 175-182. ([H-index=40](#)) [LINK](#)
22. **Razmpoosh, E., et al.** (2020). Effect of a low energy diet, containing a high protein, probiotic condensed yogurt, on biochemical and anthropometric measurements among women with overweight/obesity: A randomised controlled trial. *Clinical nutrition ESPEN*, 35, 194-200. ([H-index=17](#)) [LINK](#)

تالیف و ترجمه کتاب

- تالیف دستورالعمل تغذیه (تداخل دارو و غذا) در COVID-19
- ترجمه کتاب تغذیه کراوس ۲۰۱۷
- تالیف کتاب تغذیه در روزه داری (۱۳۹۹)
- تالیف کتاب شیوه زندگی مردم یزد (۱۳۹۷)
- اصول تغذیه صحیح از منظر پیامبر اکرم (ص) در ویژه نامه دانشگاه یزد
- اهمیت گروه غذایی از منظر اسلام در ویژه نامه دانشگاه یزد

کارگاه، سخنرانی و پوستره‌های ارائه شده

- ۱) مدرس دوره های آموزشی مدرسه پژوهشی تابستان ۱۴۰۰
- ۲) برگزاری کارگاه روش تحقیق پیشرفته ۱۴۰۰
- ۳) برگزاری کارگاه تغذیه در بیماری سرطان پستان ۱۴۰۰
- ۴) ارائه مقاله در کنگره بین المللی سرطان پستان در اسپانیا، به صورت پوستر، در October 2020
(چاپ در ژورنال EJC با ایمپکت ۷٫۱)
- ۵) عضو پنل "مکمل های شناخته شده در پیشگیری و درمان سرطان پستان" در سومین کنگره سرطان آبان ۹۸.
- ۶) **A meta-analysis on RCTs assessing the effect of lifestyle modification on QoI of patients with breast cancer**
ارائه در دهمین کنگره بین المللی سرطان پستان در تهران، ۱۳۹۸ به صورت سخنرانی انگلیسی
- ۷) **Gene Diet interaction with muscle gain: A systematic review of Human and animal studies**
ارائه در اولین کنگره بین المللی تغذیه ورزشکاران، اصفهان، ۱۳۹۶ به صورت سخنرانی انگلیسی
- ۸) برگزاری کارگاه رژیم های کاربردی در درمان چاقی (کارگاه ۲ روزه چاقی با امتیاز بازآموزی). ۱۳۹۷، یزد، به صورت سخنرانی فارسی
- ۹) بررسی اثر پروبیوتیک بر پیشگیری از آلرژی در سنین اولیه کودکی، تحت نظر استاد راهنما، خانم دکتر جوادی، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، بهمن ماه ۱۳۹۰، ارائه به صورت پوستر
- ۱۰) بررسی اثر پروبیوتیک بر درمان انواع دیابت، تحت نظر استاد راهنما، خانم دکتر جوادی، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، بهمن ماه ۱۳۹۲، ارائه به صورت پوستر
- ۱۱) بررسی اثر پروبیوتیک بر درمان دیابت نوع ۲، تحت نظر استاد راهنما، خانم دکتر میرمیران، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، اردیبهشت ماه ۱۳۹۲، ارائه به صورت پوستر
- ۱۲) مرور سیستماتیک اثر پروبیوتیک بر درمان دیابت نوع ۲، تحت نظر استاد راهنما، خانم دکتر میرمیران، سیزدهمین کنگره بین المللی تغذیه، اردیبهشت ماه ۱۳۹۳، ارائه به صورت پوستر

عضو هیات تحریریه (editorial Board Member) مجلات:

BMC Endocrine Disorders

BMC Nutrition

داوری در مجلات معتبر:

Advances in nutrition

BMC Medicine

Scientific reports

Journal of Oral Microbiology

Phytotherapy Research

BMC public health

Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy

Diabetes Metabolism Research & Reviews

Journal of Nutrition and Food security

Multidisciplinary Cancer Investigation Journal

Iranian Journal of Breast Diseases

10th International Breast Cancer Congress

Referee of National Projects (Assessing the implementation status of projects)