

## عنوان مقاله:

اثر تمرین مقاومتی- هوازی ترکیبی بر میزان NT- proBNP، فشار خون و ترکیب بدن بیماران مبتلا به نارسایی مزمن قلب

## محل انتشار:

دوماهنامه فیض، دوره 23، شماره 3 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

زهرا محمودی - Department of Physical Education and Sport sciences, Faculty of Humanities, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, I. R. Iran

رامین شعبانی - Department of Physical Education and Sport Sciences, Faculty of Humanities, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, I. R. Iran

زهرا حجتی ذی دشتی - Department of Physical Education and Sport Sciences, Faculty of Humanities, Rasht Branch, Islamic Azad University, Rasht, I. R. Iran

محبوبه قلی پور - Cardiovascular Diseases Research Center, Department of Cardiology, Dr Heshmat Hospital, Guilan - University of Medical Sciences, Rasht, I. R. Iran

## خلاصه مقاله:

سابقه و هدف: نارسایی قلب با تغییرات ساختاری و عملکردی قلب همراه بوده و فعالیت بدنی یک مداخله احتمالی برای بهبود آن است. هدف از مطالعه حاضر، بررسی اثر یک دوره تمرین مقاومتی- هوازی ترکیبی بر میزان NT- proBNP، فشارخون و ترکیب بدن بیماران مبتلا به نارسایی مزمن قلب می باشد. مواد و روش ها: در این مطالعه کارآزمایی بالینی، تعداد 76 بیمار نارسایی مزمن قلب، درجه II و III طبقه بندی انجمن قلب نیویورک و کسر جهشی  $\geq 40\%$  درصد با دامنه سنی  $(72 \pm 7)$  سال، به طور یکسان و تصادفی به دو گروه مداخله و شاهد تقسیم شدند. برنامه گروه مداخله، شامل تمرینات هوازی (50-85 درصد ضربان قلب بیشینه) و مقاومتی (50-70 درصد یک تکرار بیشینه) به مدت 8 هفته، سه جلسه در هفته با تعیین درک شدت تمرین، مقیاس 10 امتیازی بورگ انجام شد. متغیرهای سطح پلاسمایی NT-pro BNP، فشارخون و ترکیب بدن، قبل و 8 هفته بعد از تمرینات اندازه گیری شدند. نتایج: 8 هفته تمرینات ترکیبی، باعث کاهش معنی دار در وزن، شاخص توده بدن، نسبت دور کمر به لگن، ضربان قلب و NT-proBNP در گروه مداخله شد (0/05)

## کلمات کلیدی:

تمرینات ترکیبی، نارسایی احتقانی قلبی، NT-pro BNP، ترکیب بدن، فشارخون، Combined training, Congestive heart failure, NT-pro BNP, Body composition, Blood pressure

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1182540>

