

## عنوان مقاله:

مقایسه تاثیر پیاده روی در آب و خشکی بر TNF- $\alpha$  و IL-1 $\alpha$  سرم زنان سالمند با نارسایی دیاستولی

## محل انتشار:

مجله دانشکده علوم پزشکی نیشابور، دوره 9، شماره 1 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

فاطمه سلیمانی نیا

بهمن میرزایی - univercity of guilan

فرهاد رحمانی نیا - univercity of guilan

سیده سمانه طبایی - Neyshabur - Faculty of Medical Sciences

## خلاصه مقاله:

یکی از مهمترین اهداف سلامتی، کاهش محدودیتهای وابسته به سن در سالمندان است. فعالیت بدنی یکی از روشهای پیشگیری، به تاخیر انداختن یا درمان اختلالات ناشی از پیری در افراد با نارسایی قلبی است. مطالعه حاضر باهدف مقایسه تاثیر پیاده روی در آب و خشکی بر برخی عوامل التهابی در زنان سالمند با اختلال دیاستولی انجام شد. مواد و روشها در این پژوهش نیمه تجربی 40 آزمودنی دارای اختلال دیاستول با میانگین سنی  $65 \pm 5$  بهطور تصادفی به سه گروه کنترل (10 نفر)، گروه پیاده روی در آب (15 نفر) و گروه پیاده روی در خشکی (15 نفر) تقسیم شدند. تمرینات شامل 12 هفته، 3 جلسه در هفته و به مدت 60 دقیقه با شدت 40-50% peak VO $_2$  بر روی تردمیل و در آب انجام شد. 48 ساعت پس از آخرین جلسه تمرین نمونههای خونی گرفته شد و سطوح متغیرهای TNF- $\alpha$  و IL-1 $\alpha$  مورد بررسی قرار گرفت. برای تعیین معنادار بودن متغیرها از آزمون آماری تحلیل واریانس یکطرفه و آزمون تعقیبی توکی استفاده شد. یافتهها نتایج نشان داد، تمرین در آب و خشکی باعث کاهش سطوح سرمی (P=0.02)، (P=0.04) و (P=0.01) IL-1 $\alpha$ ، TNF- $\alpha$  و افزایش سطوح سرمی (P=0.01)، (P=0.02) و (P=0.04) IL-1 $\alpha$  می شود که از لحاظ آماری معنادار بودند. نتیجه گیری تمرینات هوازی از جمله پیاده روی باعث کاهش التهاب سیستمیک می شود. با توجه به وجود مشکلات ارتوپدی و درد مفاصل در سالمندان میتوان پیاده روی در آب را جایگزین کرد. تمرینات در آب به علت فشار هیدروستاتیکی آب باعث افزایش بازگشت وریدی و بهبود عملکرد قلب در سالمندان می شود.

## کلمات کلیدی:

walking, exercise Left ventricular diastolic heart failure, TNF- $\alpha$ , IL-1 $\alpha$ , پیاده روی، نارسایی قلبی دیاستولی بطن چپ، عوامل التهابی، IL-1 $\alpha$ ، TNF- $\alpha$ .

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1190495>

