

عنوان مقاله:

تأثیر تمرینات مقاومتی منتخب با باند کشی بر سطوح سرمی فاکتور رشد فیبروبلاست ۲۳، $TNF-\alpha$ و hsCRP در زنان سالمند دارای اضافه وزن

محل انتشار:

مجله زنان، مامایی و نازایی ایران، دوره 24، شماره 1 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

دکتر اکبر اعظمیان جزی - دانشیار گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهرکرد، شهرکرد، ایران.

اسماعیل مرادی سرتشنیزی - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهرکرد، شهرکرد، ایران.

مهشید فتحی - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهرکرد، شهرکرد، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: التهاب مزمن می تواند عامل اصلی بروز بسیاری از بیماری های شایع دوره سالمندی باشد. افزایش سطوح CRP و سیتوکین های پیش التهابی مانند $TNF-\alpha$ ارتباط مثبتی با فاکتور رشد فیبروبلاست ۲۳ (FGF۲۳) دارند. بنابراین با توجه تاثیر مفید احتمالی تمرینات مقاومتی با باندهای کشی بر این متغیرها، مطالعه حاضر با هدف بررسی تاثیر ۱۲ هفته تمرینات مقاومتی منتخب با باند کشی (EBRT) بر سطوح سرمی $TNF-\alpha$ ، FGF۲۳ و hsCRP در زنان سالمند دارای اضافه وزن انجام شد. روش کار: این مطالعه کارآزمایی بالینی در سال ۱۳۹۶ بر روی ۲۸ نفر از زنان سالمند در شهرکرد انجام شد. آزمودنی ها به طور تصادفی به دو گروه تجربی و کنترل تقسیم شدند. EBRT به مدت ۱۲ هفته اجرا شد. نمونه های ناشتای خون، ۲۴ ساعت قبل از اولین جلسه تمرین و نیز ۴۸ ساعت پس از آخرین جلسه تمرینات جهت اندازه گیری سطوح سرمی $TNF-\alpha$ ، FGF۲۳ و hsCRP گرفته شد. تجزیه و تحلیل با استفاده از نرم افزار آماری SPSS (نسخه ۲۵) و آزمون آنووا دوطرفه با اندازه گیری های مکرر انجام شد. میزان p کمتر از ۰/۰۵ معنادار در نظر گرفته شد. یافته ها: تمرینات مقاومتی با باندهای الاستیک تاثیر معناداری بر سطوح سرمی FGF۲۳، شاخص توده بدنی و نسبت دور کمر به دور باسن زنان سالمند نداشت ($p < 0/05$)، اما سطوح سرمی hsCRP ($p = 0/46$)، $TNF-\alpha$ ($p = 0/37$) و نیز درصد چربی بدن شرکت کنندگان ($p = 0/23$) به طور معناداری کاهش یافت. نتیجه گیری: صرف نظر از عدم تغییر معنادار سطوح FGF۲۳، به نظر می رسد که ۱۲ هفته EBRT ممکن است با کاهش سطوح سرمی hsCRP و سیتوکاین پیش التهابی $TNF-\alpha$ تاثیر مطلوبی بر کاهش التهاب مزمن در سالمندان داشته باشد.

کلمات کلیدی:

پروتئین واکنشی C، تمرین با باند کشی، فاکتور رشد فیبروبلاست ۲۳، $TNF-\alpha$

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1225470>

