

عنوان مقاله:

تاثیر ۸ هفته تمرینات مقاومتی همراه با مکمل آویشن شیرازی بر سطوح سرمی TNF-a و INF-y در مردان مبتلا به کبد چرب غیرالکلی

محل انتشار:

پنجمین همایش ملی فیزیولوژی و بیوشیمی ورزشی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

حبیب جابری - دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی، واحد لامرد، دانشگاه آزاد اسلامی، لامرد، فارس

هادی قانلی - استادیار گروه فیزیولوژی ورزشی، واحد لامرد، دانشگاه آزاد اسلامی، لامرد، فارس

سید علی حسینی - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، فارس

ایوب هاشمی - استادیار گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قشم، قشم، هرمزگان

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: گزارش شده است که تمرینات مقاومتی و مکمل آویشن شیرازی اثرات سودمندی بر فرآیندهای التهابی دارند، از اینرو در پژوهش حاضر به بررسی تاثیر ۸ هفته تمرینات مقاومتی همراه با مکمل آویشن شیرازی بر سطوح سرمی TNF-a و INF-y در مردان دارای کبد چرب غیرالکلی پرداخته شد. مواد و روش کار: در پژوهش حاضر که از نوع نیمه تجربی بود آزمودنی ها به روش نمونه های در دسترس به چهار گروه دارونما، تمرین مقاومتی، مصرف مکمل آویشن شیرازی، تمرین مقاومتی همراه با مصرف آویشن شیرازی تقسیم شدند. برنامه ورزشی شامل هشت هفته فعالیت مقاومتی، هر هفته ۳ جلسه، هر جلسه با شدت ۵۰-۸۰ درصد یک تکرار بیشینه بود. به مدت هشت هفته، روزی سه بار و نیم ساعت قبل از غذا کپسول باریج آویشن شیرازی تجویز گردید. نمونه گیری خونی جهت ارزیابی سطوح سرمی TNF-a و INF-y قبل و بعد از برنامه تمرینی انجام شد. از نرم افزار SPSS و از آزمون آماری تحلیل واریانس یک سویه در سطح معنی داری ۰/۰۵ جهت تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد. یافته ها: نتایج پژوهش حاضر نشان داد تمرین مقاومتی به تنهایی و در ترکیب با مکمل آویشن شیرازی سبب کاهش مقادیر مربوط به وزن (بترتیب $P < 0/01$ و $P < 0/001$)؛ BMI (بترتیب $P < 0/002$ و $P < 0/02$) نسبت به گروه دارونما شد. با این حال در مقایسه با گروه دارونما، چنین تاثیری معنی داری در تار مصرف مکمل آویشن شیرازی بر متغیرهای ذکر شده مشاهده نشد ($P > 0/05$). بعلاوه هشت هفته تمرین مقاومتی، مکمل آویشن شیرازی و تمرین مقاومتی به همراه مصرف مکمل آویشن شیرازی بر سطوح سرمی TNF-a و INF-y اثر معناداری نداشت ($P > 0/05$). بحث و نتیجه گیری: با توجه به یافته های این پژوهش می توان نتیجه گیری کرد که نه تمرین مقاومتی و نه مصرف مکمل آویشن شیرازی ممکن است قادر به بهبود شاخص های التهابی مرتبط با کبد چرب افراد دچار کبد چرب غیرالکلی نباشد. با این حال تأیید این فرضیه نیازمند پژوهش های بیشتر است.

کلمات کلیدی:

تمرین مقاومتی، آویشن شیرازی، TNF-a؛ INF-y، کبد چرب

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیولیکا:

<https://civilica.com/doc/1356265>

