

عنوان مقاله:

مقایسه تاثیر دارودرمانی با یک دوره تمرینات ورزشی بر ترکیب بدنی و آمادگی قلبی- تنفسی بیماران مبتلا به کبد چرب غیر الکلی

محل انتشار:

نشریه پژوهش توانبخشی در پرستاری، دوره 1، شماره 4 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

آزاده نبی زاده حقیقی - Islamic Azad University, Rasht Branch, Gilan, Iran

رامین شعبانی - Islamic Azad University, Rasht Branch, Gilan, Iran

خلاصه مقاله:

مقدمه: بیماری کبد چرب غیر الکلی نوعی تجمع چربی در سلول های کبدی است و شیوع آن به موازات افزایش بروز چاقی در حال افزایش است. هدف این پژوهش مقایسه اثر دارودرمانی با یک دوره تمرینات ورزشی بر ترکیب بدنی و آمادگی قلبی - تنفسی بیماران مبتلا به کبد چرب غیر الکلی بود. روش: در این مطالعه نیمه تجربی تعداد ۲۰ بیمار زن مبتلا به بیماری کبد چرب غیر الکلی که در سال ۹۳ به بیمارستان مرکزی شهر فومن مراجعه کرده بودند از طریق نمونه گیری هدفمند و تخصیص تصادفی در دو گروه دارو درمانی و تمرینات ورزشی تقسیم شدند. طول مدت مداخله ۸ هفته بود که در طی آن گروه تمرینات ورزشی در هر هفته سه جلسه ۹۰ دقیقه ای را به انجام تمرینات مقاومتی و استقامتی پرداخته و همچنین واحدهای مورد پژوهش در گروه دارودرمانی تحت درمان با دارو های کاهنده چربی خون، داروهای حساس کننده به انسولین، لیورگل و ویتامین E قرار گرفتند همچنین به هر دو گروه رژیم غذایی معادل ۵۰۰ کالری کمتر از انرژی روزانه آنان تجویز گردید. قبل و بعد از مداخله در هر دو گروه شاخص های ترکیب بدنی و توان هوازی بیماران اندازه گیری شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نسخه ۲۰ نرم افزار SPSS و آزمون های آماری تی زوجی و تی مستقل در سطح معنی داری ۰/۰۵ >P انجام پذیرفت. یافته ها: نتایج نشان داد شاخص های ترکیب بدنی (شاخص توده بدن، درصد چربی زیر جلدی و نسبت دور کمر به دور لگن) و توان هوازی در هر دو گروه در قبل و بعد از مداخله تفاوت معنی داری با یکدیگر داشتند (P < ۰/۰۱). علاوه بر این نتایج بیانگر آن بود که در مقایسه میان گروهی، فقط توان هوازی در گروه تمرینات ورزشی افزایش معنی داری نسبت به گروه دارودرمانی داشته است (P < ۰/۰۱). نتیجه گیری: هر دو روش دارودرمانی و تمرینات ورزشی اثر تقریباً یکسانی بر کاهش شدت بیماری کبد چرب غیر الکلی و نیز بهبود شاخص های ترکیب بدنی داشته ولی تمرینات ورزشی موجب افزایش آمادگی قلبی - تنفسی بیماران نیز گردیده بود. از یافته های این مطالعه می توان در طراحی برنامه های مداخله ای مناسب (دارودرمانی و تمرینات ورزشی) در درمان بیماران کبد چرب غیر الکلی بهره جست.

کلمات کلیدی:

Non Alcoholic Fatty liver disease, Body composition, cardio-pulmonary fitness, exercise program
کبد چرب غیر الکلی، ترکیب بدنی، آمادگی قلبی-ریوی، برنامه های ورزشی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1396634>

