

عنوان مقاله:

تاثیر هشت هفته تمرینات پیلاتس بر برخی از سلول های سفید خون در زنان مبتلا به سرطان پستان

محل انتشار:

فصلنامه بیماری های پستان، دوره 15، شماره 1 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

رویا سلیمانی - Department of Sport Sciences, School of Education and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

مریم کوشکی جهرمی - Department of Sport Sciences, School of Education and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

آمنه محمودی - Department of Sport Sciences, School of Education and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

جواد نعمتی - Department of Sport Sciences, School of Education and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran

خلاصه مقاله:

مقدمه: سرطان پستان و درمان های مربوطه عوارض مختلفی بر دستگاه ایمنی بدن دارد. تمرینات ورزشی به عنوان روشی برای کاهش برخی عوارض و بهبود کیفیت زندگی این بیماران پیشنهاد می شود. یکی از ورزش های پیشنهادی به بیماران سرطان پستان تمرینات پیلاتس است که اگرچه از برخی جوانب مفید بوده اما تاثیر آن بر سیستم ایمنی مشخص نیست. هدف این تحقیق بررسی تاثیر هشت هفته تمرینات پیلاتس بر فاکتورهای ایمنی در زنان مبتلا به سرطان پستان بود. روش بررسی: شرکت کنندگان در این تحقیق ۳۰ نفر از زنان مبتلا به سرطان پستان در دامنه سنی بین ۳۰ تا ۵۷ سال بودند که به طور داوطلبانه و با توجه به معیارهای ورود در این پژوهش شرکت کردند و به شکل تصادفی به دو گروه تمرین (۱۸ نفر) و کنترل (۱۲ نفر) تقسیم شدند و نهایتاً با توجه به معیارهای خروج در دو گروه تمرین (۱۵ نفر) و کنترل (۸ نفر) مورد بررسی قرار گرفتند. گروه تمرین، تمرینات پیلاتس را به مدت ۸ هفته و ۳ روز در هفته به مدت ۶۰ دقیقه در جلسه انجام دادند و گروه کنترل به فعالیت های عادی روزانه خود ادامه دادند. ۴۸ ساعت قبل و بعد از دوره مطالعاتی (۸ هفته) از هر دو گروه تمرین و کنترل جهت اندازه گیری لنفوسیت و مونوسیت، خونگیری انجام شد. از آزمون آماری تحلیل کوواریانس به منظور تحلیل یافته ها استفاده شد. یافته ها: متغیرهای مورد نظر در دو گروه تمرین (۱۵ نفر، سن: ۴۰/۶±۳۰/۶ سال، شاخص توده بدنی: ۲۷/۵±۲۶/۷ کیلوگرم/مترمربع) و کنترل (۸ نفر، سن: ۳۱/۷±۴۹/۱۲ سال، شاخص توده بدنی: ۳۰/۴±۲۸/۹ کیلوگرم/مترمربع) مقایسه شدند. نتایج تحقیق نشان داد که تغییرات میزان نوتروفیل در پیش آزمون (۵/۷۷±۵۱/۵) و پس آزمون (۸/۵۶±۶۹/۷۵) در مقایسه با گروه کنترل در پیش آزمون (۵/۱۱±۳۱/۸۷) و پس آزمون (۳/۲۲±۵۲/۸۷) تفاوت معنی داری نداشت (P=۰/۱۹). تغییرات لنفوسیت ها در گروه تمرین در پیش آزمون (۷/۴۰±۵۰/۲۵) و پس آزمون (۱۰/۴۰±۳۷/۷۵) در مقایسه با گروه کنترل در پیش آزمون (۶/۷۴±۳۶/۸۶) و پس آزمون (۵/۶۴±۳۷/۸۷) تفاوت معنی داری نداشت (P=۰/۸۴). نسبت نوتروفیل به لنفوسیت ها نیز در گروه تمرین در پیش آزمون (۰/۳۷±۳۴/۱) و پس آزمون (۰/۵۹±۶۴/۱) در مقایسه با گروه کنترل در پیش آزمون (۰/۴۰±۵۲/۵) و پس آزمون (۰/۲۵±۴۲/۱) تفاوت معنی داری نداشت (P=۰/۲۳). نتیجه گیری: با توجه به نتایج تحقیق بیماران مبتلا به سرطان پستان می توانند بدون تاثیر منفی بر شاخص های بررسی شده در سیستم ایمنی در تمرینات پیلاتس شرکت کنند، اما احتمالاً شدت این تمرینات برای بهبود عملکرد سیستم ایمنی کافی نبوده است.

کلمات کلیدی:

Exercise Training, Pilates, Breast Cancer, Neutrophils, Lymphocytes, تمرینات ورزشی، سرطان پستان، پیلاتس، نوتروفیل، لنفوسیت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1458772>

