

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر تمرینات مقاومتی با شدت های مختلف بر سطوح آنزیم های کبدی بیماران دارای کبد چرب نیروی انتظامی شهرستان اهواز

محل انتشار:

فصلنامه تحقیقات در علوم ورزشی و گیاهان دارویی، دوره 2، شماره 5 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 0

نویسندگان:

عباس خلیلی - دانشگاه شهید چمران اهواز

مسعود نیکبخت - دانشیار، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

محسن قنبرزاده - استادیار، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

صدیقه کرم پور - استادیار، گروه تربیت بدنی، شهرستان کارون، اداره آموزش و پرورش، کارون، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: بیماری کبد چرب، شایع ترین عامل اختلال آنزیم های کبدی است. هدف از پژوهش حاضر تاثیر تمرینات مقاومتی با شدت های مختلف بر سطوح آنزیم های کبدی بیماران دارای کبد چرب نیروی انتظامی شهرستان اهواز بود. مواد و روش ها: افراد شرکت کننده در این تحقیق بیماران دارای کبد چرب شاغل در نیروی انتظامی شهرستان اهواز با دامنه سنی ۳۰-۵۰ سال بودند. از بین ۲۰۰ نفر بیمار شناسایی شده دارای کبد چرب، تعداد ۳۰ نفر بصورت داوطلبانه در این پژوهش مورد مطالعه قرار گرفتند. افراد شرکت کننده در پژوهش به صورت تصادفی به ۳ گروه ۱۰ نفری شامل: ۱. تمرین مقاومتی با شدت بالا ۲. تمرین مقاومتی با شدت متوسط ۳. گروه کنترل، تقسیم شدند. در ابتدا و انتهای ۸ هفته تمرین مقاومتی، مقدار آنزیمها ALT، AST و ALKP در آزمایشگاه با روش خون گیری اندازه گیری شد. نرمال سازی داده ها با استفاده از آزمون کولوموگروف - اسمیرنوف و شاپیرو-ویلک انجام شد. جهت بررسی تفاوت بین سه گروه از روش آماری آنالیز واریانس (ANOVA) و آزمون های پیگیری LSD استفاده گردید. تجزیه و تحلیل های آماری با استفاده از SPSS نسخه ۱۸ با سطح معنی داری (α=۰۰۵) انجام شد. یافته ها: نتایج نشان داد که در سطح معنی داری ۰۰۱/۰ $P \geq$ تمرین مقاومتی با شدت بالا بر روی آنزیم ALT، AST و ALKP تاثیر معناداری دارد. از طرفی تمرین با شدت متوسط در سطح معنی داری ۰۰۱/۰ $P \geq$ بر روی آنزیم ALT و تاثیر معناداری دارد. در حالی که این نوع تمرین با توجه به سطح معنی داری ۰۹۹/۰ $P \geq$ بر روی ALKP تاثیر معناداری ندارد. بحث و نتیجه گیری: تمرینات مقاومتی با شدت های متوسط و بالا می توانند سطوح آنزیم های ALT، AST و ALKP را بهبود ببخشند. به نظر می رسد که تمرین مقاومتی با شدت بالا نقش پر رنگ تری را ایفا کرده است.

کلمات کلیدی:

تمرین مقاومتی، کبد چرب، آنزیم های کبدی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1494671>

