

عنوان مقاله:

اثرات بیولوژیکی مرتبط با سلامت گرده درخت خرما (DPP) همراه با فعالیت بدنی: مروری روایتی

محل انتشار:

فصلنامه علوم ورزش، دوره 14، شماره 46 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

سهیل عبداللہی - گروه فیزیولوژی ورزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

محمد علی آذربایجانی - استاد گروه فیزیولوژی ورزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

مقصود پیری - استاد گروه فیزیولوژی ورزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

صالح رحمتی - استادیار گروه تربیت بدنی، واحد پردیس، دانشگاه آزاد اسلامی، پردیس، ایران

خلاصه مقاله:

گرده خرما (DDP) که در درخت خرما نر یافت می شود، در واقع درخت خرمای ماده را بارور می کند که برای رشد میوه خرما ضروری است. از دیرباز در طب سنتی به عنوان یک گیاه دارویی با اثرات باروری و افزایش میل جنسی استفاده می شده است. اطلاعات به دست آمده از مطالعات نشان می دهد که این گرده به دلیل داشتن ترکیبات آنتی اکسیدانی و محرک گنادوتروپین می تواند با دو مکانیسم اصلی باعث افزایش باروری و قدرت جنسی در زنان و مردان شود. مکانیسم اول این اثر بر تحریک هورمون های گنادوتروف و دوم کاهش استرس اکسیداتیو در بافت بیضه و در نتیجه اثر محافظتی بر بافت بیضه است. به دلیل وجود ترکیبات آنتی اکسیدانی، مصرف این گرده اثرات سلامتی خود را بر سایر بافت ها مانند کبد، روده و قلب نیز اعمال می کند. در سال های اخیر، محققان به این گرده به عنوان عامل مهمی برای تقویت اثرات سلامتی فعالیت بدنی (PA) توجه کرده اند و محققان به بررسی تاثیر همزمان این گرده و PA پرداخته اند. با وجود مطالعات اندک انجام شده، به نظر می رسد که این گرده می تواند اثرات آنتی اکسیدانی و ضدالتهابی PA های بدنی را افزایش دهد. با این وجود، به نظر می رسد مطالعات بیشتر در این زمینه ضروری باشد.

کلمات کلیدی:

گرده خرما (DPP)، فعالیت بدنی منظم، استرس اکسیداتیو، التهاب

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1606189>

