

## عنوان مقاله:

تاثیر تمرین تناوبی با شدت بالا بر مارکرهای التهابی در بیماران دیابتی نوع ۲: مرور نظام مند با فراتحلیل

## محل انتشار:

دوفصلنامه مطالعات کاربردی تندرستی در فیزیولوژی ورزش، دوره 9، شماره 2 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسندگان:

سعید رضا نوری مفرد - گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران

هادی گل پسندی - گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه کردستان، سنندج، ایران.

محمد حسین سخائی - گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران

موسی خلفی - گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف: دیابت نوع ۲ با افزایش التهاب سیستمیک مرتبط است که ممکن است باعث افزایش بیماری های قلبی عروقی شود که تمرین ورزشی یک درمان بالقوه برای آنها به شمار می رود. با این حال، اثرات تمرینات تناوبی با شدت بالا (HIIT) بر نشانگرهای التهابی در بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ به بررسی های بیشتر نیاز دارد. بنابراین ما یک مرور سیستماتیک و فراتحلیل را برای بررسی اثر HIIT بر روی نشانگرهای التهابی در بیماران دیابت نوع ۲ انجام دادیم. روش شناسی: PubMed، Scopus و Web of Science تا ۲۳ اردیبهشت ۱۴۰۱ برای مطالعات HIIT در مقابل کنترل یا HIIT تنها بر روی نشانگرهای التهابی مانند IL-6، CRP، TNF-a در بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ جستجو شدند. جستجو با استفاده از کلمات کلیدی HIIT، التهاب و دیابت نوع ۲ انجام شد. اندازه اثر تفاوت میانگین استاندارد شده (SMD) و فاصله اطمینان ۹۵٪ با استفاده از نرم افزار CMA۲ محاسبه شد. یافته ها: از بین ۲۵۷ مطالعه مستخرج شده، یازده مطالعه شامل ۲۵۷ شرکت کننده (۱۴۳ نفر زن و ۱۱۴ نفر مرد) با محدوده سنی ۴۴ تا ۷۱ سال وارد متاآنالیز شدند. HIIT اثر معنی داری بر کاهش  $0.13/p=$  TNF- $\alpha$  الی (-)  $12/181CI:$   $0.62/p=$  و  $0.8/0$ ،  $0.2/0p=$  CRP الی  $65/0$  (-)  $21/181CI:$  در بیماران دیابتی نوع دو دارد. با این حال، شواهد قابل توجهی برای اثر HIIT بر  $0.6/0$ ،  $10/0p=$  IL-6 الی  $31/0$  (-)  $70/0CI:$  بیماران دیابتی نوع دو وجود نداشت. نتیجه گیری: این نتایج نشان می دهد که HIIT می تواند باعث بهبود سیتوکین های التهابی و همچنین CRP در بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ شود.

## کلمات کلیدی:

کلید واژه ها: تمرین تناوبی با شدت بالا، سیتوکین های التهابی، پروتئین واکنشی C، دیابت نوع ۲

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1610262>

