

عنوان مقاله:

اثر تمرین استقامتی حاد در شدت های مختلف بر شاخص های عملکرد کبدی در مردان دوند

محل انتشار:

هفتمین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسنده:

منیژه فیروزی - دانشجوی کارشناس ارشد تربیت بدنی، دبیر تربیت بدنی، دبیرستان بصیرت(شاهد)، آموزش و پرورش، محمودآباد،
مازندران، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: آمینوترانسفرازها به طور معمول برای ارزیابی عملکرد کبدی مورد استفاد قرار می گیرند. لذا هدف از تحقیق حاضر مقایسه پاسخ شاخص های عملکرد کبدی به دو شیوه تمرینی حاد تمرین هوازی با شدت های مختلف در ورزشکاران دوند جوان بود. مواد و روش ها در تحقیق حاضر ۱۰ مرد دوند با میانگین سنی 22.0 ± 1.15 سال، که حداقل دو سال سابقه تمرین دویدن منظم داشتند، به طور داوطلبانه شرکت نمودند و تمرین استقامتی با شدت های مختلف به فاصله یک هفته انجام دادند. ورزشکاران دوند تمرین مقاومتی ۶ کیلومتر دویدن را با شدت متوسط ۷۰ تا ۷۵ درصد ضربان قلب ذخیره در هفته اول اجرا نمودند و در هفته دوم ۶ کیلومتر با شدت ۸۰ تا ۸۵ درصد ضربان قلب ذخیره دویدند. نمونه های خونی ناشتا قبل و بلافاصله پس از تمرین گرفته شد. فعالیت آنزیم های ALT، AST با استفاده از روش فتومتریک اندازه گیری شد. یافته ها: نتایج نشان داد که هر دو تمرین استقامتی حاد با شدت متوسط و بالا با افزایش معنی دار فعالیت آنزیم های ALT، AST در مردان دوند همراه بود. بعلاوه دویدن با شدت بالا سطوح متغیرهای فوق را در مقایسه با تمرین با شدت متوسط افزایش بیشتری داد ($P < 0.05$). نتیجه گیری: به نظر می رسد تمرینات استقامتی با شدت بالا ممکن است تأثیر بیشتری بر پاسخ شاخص های عملکرد کبدی در ورزشکاران جوان داشته باشند.

کلمات کلیدی:

ترانس آمیناز، عملکرد کبدی، تمرین استقامتی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1619436>

