

## عنوان مقاله:

تاثیر تمرین مقاومتی و مکمل سیاه دانه بر غلظت AST زنان دیابتی میانسال

## محل انتشار:

اولین همایش مجازی ملی یافته های نوین در تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

سهیلا جنگجویرازجانی - دانشجوی دکتری تخصصی فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد سنج

هاجر عابدی - کارشناسی ارشد تربیت بدنی، دانشگاه پیام نور شهر ری

محمدعلی آذربایجانی - استاد گروه فیزیولوژی ورزش، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکز

## خلاصه مقاله:

با توجه به اهمیت بیماری کبد چرب در افراد دیابتی، در این تحقیق، اثر هشت هفته تمرین مقاومتی و مکمل سیاه دانه بر AST زنان دیابتی نوع دو شهر برازجان مورد بررسی قرار گرفت. نمونه های خونی در روز اول و پس از هشت هفته تمرین مقاومتی از آزمودنی ها جمع آوری و غلظت AST مورد سنجش قرار گرفت. در وهله اول شاخص های آنتروپومتریک آزمودنی ها بر حسب شاخص های مرکزی و پراکندگی انجام شد. سپس با استفاده از طرح عاملی دوراهه درون و بین گروهی ۲ در ۴ (پیش و پس از آزمون عامل درون گروهی و ۴ گروه تمرینی عامل بین گروهی) مورد تحلیل قرار گرفت. سطح معناداری نیز برای تمام محاسبات ( $p < 0.05$ ) در نظر گرفته شده است. نتایج تحقیق نشان داد که مکمل سیاه دانه بر AST طی هشت هفته تمرین مقاومتی زنان دیابتی میانسال اثر معنی داری دارد.

## کلمات کلیدی:

کبد چرب، دیابت نوع ۲، سیاه دانه، تمرین مقاومتی، آنزیم AST

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1688498>

