

عنوان مقاله:

بررسی تغییرات بطن راست بوسیله اکوکاردیوگرافی در افراد نظامی شرکت کننده در تمرینات ورزشی استقامتی یا قدرتی: یک کارآزمایی بالینی تصادفی شده

محل انتشار:

مجله طب نظامی، دوره 22، شماره 3 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

مریم مشکانی فراهانی - مرکز تحقیقات آترواسکلروز، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران

مظفر شیردل - مرکز تحقیقات آترواسکلروز، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران

وحید سبحانی - مرکز تحقیقات فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران

محسن صادقی قهرودی - مرکز تحقیقات آترواسکلروز، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران

منیژه فلاح - مرکز تحقیقات آترواسکلروز، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: با تمرینات ورزشی منظم، قلب دستخوش تغییرات ساختاری و عملکردی می شود. هدف از این مطالعه بررسی تغییرات بطن راست افراد نظامی شرکت کننده در تمرینات ورزشی استقامتی یا قدرتی بوسیله اکوکاردیوگرافی است. روش ها: کارآزمایی بالینی حاضر روی ۴۰ نفر از دانشجویان نظامی مرد در یک دانشگاه علوم پزشکی نظامی در شهر تهران در سال ۱۳۹۶ انجام شد. انتخاب نمونه ها تصادفی بود. قبل از مطالعه برای همه افراد اکوکاردیوگرافی انجام و داده های بالینی ثبت شد و سپس افراد در دو گروه بطور تصادفی تقسیم شدند. برای یک گروه تمرینات ورزشی استقامتی و برای گروه دیگر تمرینات ورزشی قدرتی به صورت حرفه ای به مدت ۱۰ هفته زیر نظر مربی ورزش انجام شد. بعد از پایان تمرینات، مجدداً برای هر دو گروه اکوکاردیوگرافی انجام و داده های بالینی ثبت شد و تغییرات ایجاد شده بررسی و آنالیز شد. یافته ها: میانگین سن و داده های بالینی در ابتدای مطالعه، در ۲ گروه تفاوت معنی دار نداشت. در انتهای مطالعه، پس از ۱۰ هفته تمرینات ورزشی، افزایش معنی داری اندازه بطن راست در دیاستول (RVAD)، و نسبت E/e' ، در هر دو گروه استقامتی یا قدرتی ثبت شد. E/e' ، ضخامت دیواره بین بطنی (SWTD) و ضخامت نسبی دیواره قلب (Relative wall thickness) در گروه قدرتی افزایش معنی داری نسبت به گروه استقامتی نشان داد. در اندازه سطح بطن راست در سیستول (RVAS)، مداخله تمرینی باعث کاهش در هر دو گروه شد که در گروه استقامتی این کاهش معنی دار بود. در SWTD و اندکس توده بطن چپ (LV mass Index) نیز فقط در گروه استقامت افزایش معنی داری ثبت شد. فشار شریان ریوی ($PAP <$ $\leq$) فقط در گروه قدرتی بعد از ورزش افزایش معناداری داشت و تنها شاخصی بود که علاوه بر افزایش معنی دار در محدوده اینرمال نیز قرار گرفت. در بقیه شاخص های اندازه گیری شده در دو گروه استقامتی یا قدرتی قبل و بعد از ۱۰ هفته تمرینات ورزشی و نسبت به هم اختلاف معناداری وجود نداشت. نتیجه گیری: نتایج مطالعه حاضر نشان داد هر دو نوع تمرینات ورزشی قدرتی یا استقامتی روی وضعیت عملکردی قلب افراد نظامی تاثیر مثبت دارند با این حال ورزش های قدرتی دارای تاثیر بیشتری می باشند.

کلمات کلیدی:

تمرینات ورزشی قدرتی، تمرینات ورزشی استقامتی، اکوکاردیوگرافی، افراد نظامی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1735143>



