

عنوان مقاله:

تاثیر رژیم غذایی و تمرین هوازی بر سطوح آمینوترانسفرازهای سرم بیماران استئاتوهپاتیت غیرالکلی

محل انتشار:

دانشور پزشکی (نشریه پژوهشی پایه و بالینی)، دوره 19، شماره 1 (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

حسین نیکرو - دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد

سیدرضا عطارزاده حسینی - گروه فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد

حمیدرضا سیما - فوق تخصص بیماری های کبد، گوارش و آندوسکوپی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد

محسن نعمتی - متخصص تغذیه و رژیم درمانی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد

خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: بیماری استئاتوهپاتیت غیرالکلی (NASH) قسمتی از طیف وسیع بیماری مزمن کبد چرب غیرالکلی است. در ۹۰٪ موارد، بیماران مبتلا به NASH با غلظت بالای آمینوترانسفرازهای سرم تشخیص داده می شوند. هدف این پژوهش، مقایسه تاثیر رژیم غذایی و برنامه تمرین هوازی همراه با رژیم غذایی بر سطوح آمینوترانسفرازهای سرم (ALT و AST) بیماران NASH بوده است. مواد و روش ها: در این پژوهش، ۲۳ بیمار NASH با دامنه سنی ۲۵ تا ۵۰ سال، به طور تصادفی به دو گروه رژیم غذایی (۱۱ نفر) و تمرین هوازی همراه با رژیم غذایی (۱۲ نفر) تقسیم شدند. رژیم غذایی هر دو گروه ۵۰۰ کیلوکالری کمتر از انرژی روزانه آنها بود و گروه دوم، علاوه بر داشتن رژیم غذایی به مدت هشت هفته سه جلسه ای با شدت ۵۵ تا ۶۰٪ ضربان قلب ذخیره در تمرین های هوازی (پیاده روی، جاگینگ و دویدن) شرکت کردند. آمینوترانسفرازهای سرم پیش و پس از مداخله به روش فتومتریک اندازه گیری و نتایج با استفاده از تی استیودنت همبسته و مستقل در سطح معنی داری $P < 0.05$ آزمایش شدند. نتایج: تغییرات درون گروهی مقادیر ALT و AST سرم بیماران گروه رژیم غذایی تفاوت معنی داری نداشت؛ اما همین تغییرات در گروه تمرین هوازی همراه با رژیم غذایی معنی دار بود. مقایسه میان گروهی، تفاوت معنی داری را در سطوح آمینوترانسفرازهای سرم نشان داد. نتیجه گیری: کاهش آمینوترانسفرازهای سرم به سبب کاهش عوامل پاتوژن بیماری، کاهش التهاب هپاتوسیت ها و بهبود عملکرد سلول های کبدی به وجود می آید. به احتمال، برنامه تمرین هوازی توام با رژیم غذایی در مقایسه با رژیم غذایی با کاهش آمینوترانسفرازهای سرم تاثیر بهتری بر پیشگیری، کنترل و درمان بیماری NASH دارد.

کلمات کلیدی:

رژیم غذایی، تمرین هوازی، آمینوترانسفرازها، کبد چرب غیرالکلی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1739457>

