

عنوان مقاله:

اثر فعالیت ورزشی هوازی منظم بر سطح سرمی بتا- اندورفین و ادراک فشار تمرینی افراد وابسته به مواد مخدر؛ با تاکید بر سیستم پاداش مغزی

محل انتشار:

دانشور پزشکی (نشریه پژوهشی پایه و بالینی)، دوره 20، شماره 6 (سال: 1391)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

صادق عباسیان - گروه فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران ایران

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

مهتاب معظمی - گروه فیزیولوژی ورزش دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد

خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: وابستگی به مواد مخدر از جمله اساسیترین معضلات بشر در عصر حاضر است و هدف از این تحقیق تعیین اثر فعالیتورزشی هوازی بر سطح سرمی بتا- اندورفین و ادراک فشار تمرینی افراد وابسته به مواد مخدر بود. مواد و روشها: نمونه آماری تحقیق را ۲۰ آزمودنی وابسته به مواد مخدر تشکیل میدادند که سنی بین ۲۰ تا ۳۳ سال داشتند. این افراد به نحو تصادفی در گروههای تجربی دوگانه قرار گرفتند؛ گروه اول متشکل از افرادی بود که علاوه بر مصرف روزانه ۱۰ میلیگرم متادون، فعالیتورزشی را با شدتی برابر ۷۰ الی ۷۵ درصد VO₂max به مدت ۲۰ جلسه متداوم تمرینی انجام میدادند و گروه دوم تنها روزانه ۱۰ میلیگرم متادون مصرف میکردند. در نهایت، دادهها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج: بررسیهای آماری نشان داد که مقادیر سرمی بتا- اندورفین پس از مداخله تحقیقی در هر دو گروه به طور معناداری افزایش یافته بود ($P < 0.05$). مداخله ترکیبی توانسته بود در ادراک فشار تمرینی، کاهش معناداری را ایجاد نماید ($P = 0.02$). به علاوه، این مداخله توانسته بود ارتباط منفی معناداری را بین سطوح سرمی بتا- اندورفین و ادراک فشار تمرینی، ایجاد نماید ($P = 0.03$). نتیجهگیری: احتمالاً روش ترکیبی فعالیتورزشی- مکمل دارویی در تقویت سیستم پاداش مغزی نسبت به روش مکمل دارویی (به تنهایی) عملکرد بهتری داشته است. با این وجود، جهت تایید قطعی این یافته به مطالعات بیشتری نیاز است.

کلمات کلیدی:

سیستم پاداش مغزی، بتا- اندورفین، افراد وابسته به مواد مخدر و فعالیتورزشی هوازی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1800215>

