

عنوان مقاله:

اصلاح سبک زندگی با هدف کنترل وزن و مدیریت سندرم تخمدان پلی کیستیک

محل انتشار:

هشتمین همایش ملی مطالعات ورزشی و سلامت (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسنده:

مریم خالصی - استادیار گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه شاهد، تهران

خلاصه مقاله:

سندرم تخمدان پلی کیستیک (PCOS) نوعی اختلال غدد درونریز و متابولیک است که در سنین باروری در زنان شایع است. چاقی علت اصلی تشدید کننده علائم PCOS و اصلاح سبک زندگی با هدف مدیریت وزن درمان اولیه اختلالات متابولیک و تولیدمثل ناشی از این سندرم است. لذا، با توجه به آثار شناخته شده فعالیت بدنی و ورزشی در مدیریت وزن در مطالعه حاضر تلاش شده است تا با استناد به منابع کتابخانه ای موجود، مروری کلی از ارتباط چاقی با PCOS و تاثیر فعالیت بدنی بعنوان جزئی از سبک زندگی سالم در مدیریت چاقی و بهبود این بیماری ترسیم شود.

کلمات کلیدی:

PCOS، چاقی، سبک زندگی، فعالیت بدنی و ورزشی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1988733>

