

## عنوان مقاله:

تاثیر یک فعالیت شدید هوازی بر ایمونوگلوبولینهای A و G سیستم ایمنی معلمان شهرستان ماهشهر

## محل انتشار:

اولین همایش ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت دانشگاه علوم پزشکی آبادان (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

## نویسندگان:

سیدمحمد موسوی فخر - دکترای مدیریت ورزشی، معاون پرورشی و تربیت بدنی آموزشگاه آموزش و پرورش شهرستان ماهشهر

علیرضا امانی - کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزش، دبیر درس تربیت بدنی آموزش و پرورش شهرستان امیدیه

## خلاصه مقاله:

واکنش های سیستم ایمنی به عوامل استرس زا از جمله موضوعات موردتوجه محققین می باشد. ورزش و فعالیت بدنی بعنوان عامل استرس زا، با توجه به شدت، مدت، مسافت و تکرار می تواند عملکرد سیستم ایمنی را تحت تاثیر قرار دهد. بررسی فعالیت های شدید خسته کننده و تاثیر آن بر سیستم ایمنی می تواند اطلاعات مفید و ارزشمندی را در خصوص چگونگی طراحی و اجرای فعالیت های ورزشی، در اختیار محققین، مربیان و ورزشکاران قرار دهد. هدف از انجام این تحقیق بررسی تاثیر فعالیت شدید هوازی تا مرز خستگی (90% ضربان قلب) بر میزان ایمونوگلوبولین های A و G سرم پسران دانشجو بود. تعداد 21 نفر از دانشجویان به عنوان آزمودنی های تحقیق انتخاب شدند و به طور تصادفی به دو گروه تجربی (n=11) و کنترل (n=10) تقسیم شدند. میانگین سن، وزن و قد برای گروه تجربی و کنترل به ترتیب (21/19 سال) و (22/7 سال)، (70 کیلوگرم) و (68 کیلوگرم)، (174/5 سانتی متر) و (170/1 سانتی متر) بود. گروه تجربی در یک جلسه فعالیت شدید هوازی که شامل تست استاندارد بروس تا مرز خستگی بود شرکت کردند و گروه کنترل فعالیت های عادی روزمره خود را داشتند. برای بررسی اثیر فعالیت شدید هوازی در دو نوبت بلافاصله قبل و بعد از فعالیت ورزشی از آزمودنی ها نمونه گیری خونی به عمل آمد. نمونه های خونی دریافت شده به آزمایشگاه منتقل و میزان IgA و IgG به روش ایمونودیفیوژن تک شعاعی (SRID) اندازه گیری شد. پس از تجزیه و تحلیل اطلاعات مشخص شده که میانگین سطوح IgA و IgG گروه تجربی پس از فعالیت کاهش معنی داری را نشان داد. ( $P < 0/01$ ). نتایج تحقیق بیانگر آن است که فعالیت های شدید هوازی تا مرز خستگی بر میزان ایمونوگلوبولین های A و G سرم پسران دانشجو تاثیر معنی داری دارد. داده های به دست آمده احتمالا به افزایش غلظت کورتیزول، هورمونهای دیگر و میزان فعالیت گلوتامین متعاقب ورزش مربوط می گردد.

## کلمات کلیدی:

فعالیت شدید هوازی، ایمونوگلوبولینهای A و G، سیستم ایمنی، معلمان ماهشهر

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/723665>

