

عنوان مقاله:

تاثیر فعالیت هوازی در زمان های مختلف روز بر کورتیزول و برخی شاخص های پیش التهابی سرم مردان غیرورزشکار

محل انتشار:

فصلنامه فیزیولوژی ورزشی، دوره 3، شماره 9 (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

سعید دباغ نیکوخصلت - استادیار دانشگاه تبریز

سجاد احمدی زاد - استادیار دانشگاه شهید بهشتی تهران

حسن پوررضی - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه تبریز

عادل رهبران - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه شهید بهشتی تهران

خلاصه مقاله:

هدف از تحقیق حاضر، تعیین تاثیر فعالیت هوازی در زمانهای مختلف روز بر کورتیزول و برخی شاخص های پیش التهابی سرم مردان غیرورزشکار است. 11 مرد سالم غیرورزشکار (سن: $27 \pm 24/4$ سال، توده بدن: $81 \pm 64/6$ کیلوگرم، قد: $171 \pm 8/8$ سانتی متر) به صورت داوطلبانه در این تحقیق شرکت کردند. آزمودنی ها فعالیت هوازی مشابهی را در چهار زمان مختلف روز (08:00، 16:00، 12:00 و 20:00)، به صورت تصادفی روی چرخ کارسنج انجام دادند. در هر جلسه، آزمودنی ها پس از گرم کردن و کشش، با شدتی معادل 90 درصد حداکثر ضربان قلب، به مدت 30 دقیقه روی چرخ کارسنج رکاب زدند. از هر آزمودنی دو نمونه خونی، قبل و بلافاصله بعد از هر آزمون گرفته شد. پس از بررسی داده ها، با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر مشخص شد مقادیر پایه تمامی شاخص ها بهجز ($P > 0/05$) CRP در دورههای زمانی مختلف روز تفاوت معنی داری با یکدیگر داشتند. ($P < 0/05$) فعالیت هوازی سبب افزایش معنی دار کورتیزول و IL-6 شد ($P < 0/05$)، ولی در پی انجام فعالیت هوازی، تغییر معنی داری در سطوح TNF- α و CRP مشاهده نشد. ($P > 0/05$) همچنین ریتم شبانه روزی بر اندازه و میزان پاسخ این شاخص ها به فعالیت هوازی تاثیر معنی داری نداشت. ($P > 0/05$) بر اساس یافته های تحقیق حاضر می توان نتیجه گیری کرد که به استثنای CRP، غلظت های پایه سایر شاخص ها تحت تاثیر تغییرات زمان روز هستند. با این حال، پاسخ کورتیزول و شاخص های پیش التهابی به فعالیت هوازی حاد به زمان وابسته نیستند.

کلمات کلیدی:

فعالیت هوازی، ریتم شبانه روزی، کورتیزول، شاخص های پیش التهابی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/795953>

