

عنوان مقاله:

تاثیر یک دوره بی تمرینی پس از شانزده هفته تمرینات هوازی بر سطوح سرمی کلسی تونین و پاراتورمون زنان میانسال مبتلا به استیوپنی

محل انتشار:

مجله دانشکده پزشکی مشهد، دوره 61، شماره 3 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

هاجر عباس زاده - استادیار گروه فیزیولوژی ورزشی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

پروین فرزادگی - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

محمدرضا حامدی نیا - استاد گروه فیزیولوژی ورزش، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه فعالیت بدنی یک فاکتور مهم برای افزایش یا حفظ چگالی مواد معدنی مطرح شده است. از این رو مطالعه حاضر با هدف بررسی تاثیر یک دوره بی تمرینی پس از شانزده هفته تمرینات هوازی بر سطوح سرمی کلسی تونین و پاراتورمون زنان میانسال مبتلا به استیوپنی انجام شد. روش کار در این مطالعه نیمه تجربی 16 نفر از زنان غیر فعال مراجعه کننده به مرکز پزشکی هسته ای البرز شهرستان بابل انتخاب شدند که به طور تصادفی به دو گروه تمرینی و کنترل دسته بندی شدند. برنامه تمرین هوازی با شدت 65 تا 70% ضربان قلب هدف به مدت 16 هفته و هفته ای سه جلسه انجام شد. دوره بی تمرینی نیز 4 هفته در نظر گرفته شد. مقادیر سرمی کلسی تونین و پاراتیروئید در واحد ng/l مورد سنجش قرار گرفت. کلیه عملیات آماری با نرم افزارهای SPSS با ویرایش 23 در سطح معنی داری ($\alpha \leq 0.05$) به اجرا درآمد. نتایج نتایج مطالعه حاضر افزایش هورمون کلسی تونین و کاهش هورمون پاراتیروئید را پس از 16 هفته تمرین هوازی و کاهش هورمون کلسی تونین و افزایش هورمون پاراتیروئید را پس از یک دوره بی تمرینی نشان داده است. نتیجه گیری در مجموع، به نظر می رسد انجام فعالیت بدنی طولانی مدت با شدت متوسط باعث تعادل ترشح هورمون های موثر بر متابولیسم استخوان و تنظیم کلسیم می شود و احتمالاً از تبدیل شدن استیوپنی به استیوپروز جلوگیری می کند و در مقابل بی تمرینی و کاهش فعالیت بدنی این تنظیم مثبت را برهم می زند.

کلمات کلیدی:

تمرینات هوازی، کلسی تونین، پاراتورمون، استیوپنی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/848064>

