

عنوان مقاله:

اثر هشت هفته تمرین ترکیبی (هوازی-مقاومتی) بر فعالیت آنزیم های آنتی اکسیدانی در زنان مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس

محل انتشار:

سومین همایش بین المللی پژوهش های نوین در علوم ورزشی و تربیت بدنی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

صبا ابراهیمی لوشاب - استادیار گروه تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور تهران، ایران

امیر حسین حقیقی - دانشیار دانشگاه حکیم سبزواری. سبزوار، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: بخوبی مشخص شده که استرس اکسیداتیوها در بیماری مولتیپل اسکلروزیس سبب آسیب غشا لیپیدی و تخریب بافت عصبی می شود. هدف تحقیق حاضر، بررسی اثر هشت هفته تمرین ترکیبی (هوازی-مقاومتی) بر فعالیت آنزیم های آنتی اکسیدانی و شاخص پراکسیداسیون لیپیدی در زنان مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس MS بود. مواد و روشها: در این تحقیق نیمه تجربی 30 بیمار زن مبتلا به MS (میانگین سنی $35/19 \pm 9/15$ سال، وزن $59/21 \pm 13/62$ کیلوگرم و مقیاس ناتوانی $3/21 \pm 0/64$) داوطلب شدند و بطور تصادفی در 2 گروه مساوی کنترل و تمرین قرار گرفتند. آزمودنی ها یک برنامه تمرینی ترکیبی (هوازی-مقاومتی) به مدت 8 هفته، سه جلسه در هفته انجام دادند. قبل و بعد از دوره تمرینی، برای بررسی تغییرات آنزیم های سوپر اکساید دیسموتاز (SOD)، گلوکاتایون پراکسیداز (GPX)، ظرفیت تام آنتی اکسیدانی (TAC) و میزان مالون دی الدهید (MDA) از همه آزمودنی ها در حالت ناشتایی خون گیری به عمل آمد و توان هوازی و شاخص ناتوانی همه آزمودنی ها اندازه گیری شد. داده ها با استفاده از آزمون t مستقل در سطح معنی داری $P < 0.05$ در نرم افزار SPSS نسخه 20 بررسی شدند. نتایج: نشان داد که شاخص سوپر اکساید دیسموتاز و توان هوازی گروه تمرین در مقایسه با گروه دارونما افزایش معنی داری داشت ($P = 0.001$). اما دیگر شاخص های تحقیق (GPX, TAC, MDA) و شاخص ناتوانی حرکتی EDSS بین دو گروه تفاوت معناداری مشاهده نشد. نتیجه گیری: به نظر می رسد انجام تمرینات ترکیبی بر شاخص ناتوانی حرکتی و پراکسیداسیون لیپید در زنان مبتلا به MS تاثیر ندارد اما می تواند باعث بهبود ظرفیت آنتی اکسیدانی و توان هوازی در این بیماران شود.

کلمات کلیدی:

تمرین ترکیبی، مولتیپل اسکلروزیس، پراکسیداسیون لیپیدی، سوپر اکساید دیسموتاز

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/855888>

