

## عنوان مقاله:

آثارحاد و مزمن مصرف مکمل کوانزیم Q10 بر لاکتات دهیدروژناز پس از فعالیت هوازی وامانده ساز

## محل انتشار:

پنجمین همایش ملی علوم ورزشی و تربیت بدنی ایران (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسندگان:

سودابه صیدی - دانش آموخته کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران

ناصر بهپور - فیزیولوژی ورزشی دانشگاه رازی کرمانشاه، ایران

وحید تادیبی. - دانشگاه رازی کرمانشاه، ایران

## خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: کوفتگی و درد عضلانی، تجربه ای معمول و شایع پس از انجام فعالیت های جسمانی بویژه فعالیت های وامانده ساز است. هدف از پژوهش حاضر بررسی آثارحاد و مزمن مصرف مکمل کوانزیم Q10 بر لاکتات دهیدروژناز پس از فعالیت هوازی وامانده ساز در بازیکنان فوتبالیست 17-19 سال است. روش کار: دوازده فوتبالیست پسر که تا شش ماه قبل سابقه آسیب عضلانی نداشتند، به صورت داوطلبانه در این پژوهش شرکت کردند. در سه موقعیت کنترل، حاد و مزمن موردبررسی قرار گرفتند و به منظور ایجاد آسیب عضلانی، آزمون وامانده ساز بروس اجرا شد که برای تعیین سطح آنزیم لاکتات دهیدروژناز قبل و بعد از آزمون بروس خونگیری انجام شد. در موقعیت حاد، یک روز قبل از اجرای آزمون بروس دو عدد مکمل کوانزیم Q10 هر عدد 100 میلی گرم مصرف شد و در موقعیت مزمن بعد از هشت هفته مصرف مکمل، آزمون بروس اجرا شد برای تجزیه و تحلیل آماری داده ها از آزمون t وابسته در سطح معنی داری  $P > 0/05$  استفاده شد. یافته ها: بررسی های آماری نشان دادند تفاوت معناداری در پیش آزمون و پس‌آزمون در موقعیت حاد و کنترل مصرف مکمل کوانزیم Q10 بر پاسخ لاکتات در دهیدروژناز وجود ندارد. اما این تفاوت بین پیش آزمون و پس آزمون مرحله مزمن معنی دار بود نتیجه گیری: مصرف مزمن مکمل کوانزیم Q10 تاثیر معنی داری در کاهش شاخص لاکتات دهیدروژناز داشت اما در گروه کنترل و حاد تاثیر معنی داری مشاهده نشد

## کلمات کلیدی:

کوانزیم Q10، لاکتات دهیدروژناز، فعالیت وامانده ساز

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/904024>

