

عنوان مقاله:

مقایسه تاثیر گرما و سرما درمانی بر میزان آنزیم کراتین کیناز پس از کوفتگی عضلانی تاخیری

محل انتشار:

سومین همایش ملی راهکارهای دستیابی به توسعه پایدار در علوم ورزشی و تربیت بدنی ایران (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

بابک امیدی - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی محلات

محسن فروغی - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی - دبیر تربیت بدنی آموزش و پرورش بروجرد.

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش، مقایسه تاثیرات گرما و سرما درمانی بر آنزیم کراتین کیناز پس از کوفتگی عضلانی تاخیری بود. مطالعه بر روی 24 هندبالیست انجام گرفت. آزمودنیها به 3 گروه (گرما درمانی، سرما درمانی و کنترل) تقسیم شدند. قبل از تمرین، بلافاصله پس از تمرین و نیز بعد از بکارگیری روشهای درمانی و 24 ساعت بعد خونگیری انجام شد. داده ها با استفاده از آزمونهای کلموگروف اسمیرنف، تحلیل واریانس مرکب در سطح $p < 0/05$ تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که روش سرما درمانی، در مقایسه روش گرمادرمانی به طور معناداری از افزایش آنزیم کراتین کیناز جلوگیری نماید.

کلمات کلیدی:

کوفتگی عضلانی تاخیری، کراتین کیناز، پاس هندبال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/926236>

