

عنوان مقاله:

اثر تعاملی مصرف عنب و تمرین هوازی بر CK، LDH، MDA و لاکتات خون در دختران غیرورزشکار پس از فعالیت درمانده ساز

محل انتشار:

دومین همایش بین المللی و پنجمین همایش ملی گیاهان دارویی و کشاورزی پایدار (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

سهیلا مقدم افتخاری - دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش دانشگاه سیستان و بلوچستان

امید محمد دوست - عضو هیئت علمی دانشگاه سیستان و بلوچستان

میترا مددی جابری - دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش، دانشگاه سیستان و بلوچستان

خلاصه مقاله:

هدف از مطالعه حاضر بررسی اثر تعاملی عنب و تمرین هوازی بر CK، LDH، MDA و لاکتات خون در دختران غیرورزشکار پس از فعالیت درمانده ساز بود. بدین منظور 40 دانشجوی دختر سالم و غیر ورزشکار داوطلب با میانگین سنی $21/3 \pm 1/2$ سال، میانگین قد $175 \pm 4/4$ سانتی متر و میانگین وزن $74/2 \pm 12$ کیلوگرم در 4 گروه 10 نفره به ترتیب زیر تقسیم شدند: گروه 1 تمرین هوازی + مصرف کننده عنب گروه 2 تمرین هوازی + دارونما گروه 3 مصرف کننده عنب گروه 4 دارونما گروه های دریافت کننده عنب روزانه 0/4 گرم عنب به ازای هر کیلوگرم از وزن بدن به مدت 8 هفته دریافت کردند. گروه های تمرینی سه روز در هفته با شدت 55 تا 75 درصد ضربان قلب ذخیره به مدت 8 هفته به همراه یک وهله فعالیت درمانده ساز قبل و بعد از برنامه که هر دو پروتکل روی چرخ کارسج انجام شد، تمرین کردند. برای اندازه گیری متغیرهای پژوهش، قبل و بعد از فعالیت درمانده ساز، از آزمودنیها در شرایط یکسان نمونه خون گرفته شد. مقادیر آنزیم های CK و LDH سرم به روش طیف سنجی نوری، میزان MDA سرم نیز بر پایه واکنش با تیوباربیتوریک اسید و با استفاده از روش اسپکتروفتومتری در طول موج 532 نانومتر و مقادیر لاکتات خون آزمودنی ها با دستگاه سنجش لاکتات (لاکتومتر) و با کیت ولانست مخصوص اندازه گیری شدند. اطلاعات دست به آمده با آزمونهای آماری تحلیل واریانس یکطرفه و آزمون t همبسته تجزیه و تحلیل شد. تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS ویرایش 16 در سطح معنی داری آماری ($\alpha < 0/05$) انجام گرفت. نتایج نشان داد انجام فعالیت های هوازی به همراه مصرف میوه عنب در میزان لاکتات خون زمان استراحت و پس از ورزش درمانده ساز تغییر معناداری ایجاد می کند اما در مقادیر آنزیم های CK و LDH و MDA چهارگروه تفاوت معناداری ایجاد نمی کند. به طور کلی میتوان نتیجه گرفت از آنجا که افزایش سطوح استراحتی شاخص های استرس اکسیداتیو نشان دهنده اختلال و تخریب عملکرد غشای سلول است، احتمالاً برنامه تمرین هوازی تأثیری بر عملکرد غشای سلول نداشته است. از سویی، ممکن است مصرف میوه عنب از آسیب احتمالی به غشا جلوگیری کرده باشد.

کلمات کلیدی:

عنب، CK، LDH، MDA، لاکتات، فعالیت درمانده ساز

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/958969>



