

عنوان مقاله:

تاثیر تکرار فعالیت های سرعتی و غوطه وری در آب سرد بر برخی عوامل التهابی خستگی در مردان فعال

محل انتشار:

دو فصلنامه مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، دوره 7، شماره 14 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

مجتبی خاکی - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

عباسعلی گائینی - استاد گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

محمد رضا کردی - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

محمد رضا رحمتی - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: امروزه یافتن بهترین روش بازیافت برای ورزشکاران اهمیت زیادی پیدا کرده است. هدف تحقیق حاضر بررسی آثار تکرار فعالیت‌های سرعتی (RSA) و 12 دقیقه غوطه‌وری در آب سرد (14 CWI) درجه سانتی‌گراد بلافاصله بعد از RSA، بر مقادیر سرمی شاخص‌های التهابی خستگی اینترلوکین-6 (IL-6) و عامل نکروز تومور آلفا (TNF- α) در مردان فعال بود. روش تحقیق: روش تحقیق نیمه تجربی و جامعه آماری مردان فعال با دامنه سنی 20 تا 26 سال بودند. بدین منظور تعداد 20 نفر مرد فعال با دامنه سنی 20 تا 26 سال پس از انجام RSA به صورت تصادفی به دو گروه 10 نفره کنترل استراحت غیر فعال (PAS) و تجربی CWI تقسیم شدند. از هر دو گروه قبل و بعد از فعالیت ورزشی و بلافاصله و 24 ساعت بعد از غوطه‌وری در آب سرد نمونه خونی گرفته شد. برای بررسی تاثیر RSA بر مقادیر سرمی شاخص‌های التهابی از آزمون ناپارامتریک ویلکاکسون و برای بررسی تاثیر CWI بر این مقادیر از آزمون آماری تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد ($p < 0.05$). یافته‌ها: نتایج تحقیق نشان داد که RSA موجب افزایش مقادیر سرمی TNF- α و IL-6 می‌شود (به ترتیب با $p = 0.02$ و $p = 0.001$). CWI موجب کاهش معنی‌دار مقادیر سرمی TNF- α شد ($p = 0.006$). CWI و PAS پس از RSA هیچکدام مانع افزایش معنی‌دار مقادیر سرمی IL-6 نشدند، اما در گروه آب سرد این افزایش کمتر بود ($p = 0.001$). CWI پس از RSA باعث کاهش معنی‌دار مقادیر سرمی TNF- α در 24 ساعت پس از CWI شد ($p = 0.01$). شاخص‌های CWI و PAS پس از RSA باعث کاهش معنی‌دار ($p = 0.01$) مقادیر سرمی IL-6 در 24 ساعت پس از CWI شدند. نتیجه‌گیری: غوطه‌وری در آب سرد و سرما با کاهش موضعی نفوذپذیری عروق خونی موجب محدود کردن یا به تاخیر انداختن تجمع برخی عوامل التهابی می‌شود.

کلمات کلیدی:

عامل نکروز تومور آلفا، اینترلوکین-6، خستگی، فعالیت سرعتی تکراری، غوطه وری در آب سرد

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/961207>

