

## چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تعیین آثار مکمل یاری آفرودیت بر پاسخ های التهابی و هورمونی خون مردان غیرورزشکار به دنبال یک جلسه فعالیت مقاومتی پیشرونده بود. برای این منظور، ۱۸ مرد تمرین نکرده جوان ( $3/61 \pm 25/55$  سال) برای شرکت در این پژوهش انتخاب شده و به صورت تصادفی به دو گروه مکمل (۹ نفر، کپسول آفرودیت) و دارونما (۹ نفر، کپسول مالتودکستین) تقسیم شدند. دوره مکمل یاری ۳ هفته بود که در این مدت، روزانه ۲ عدد کپسول ۳۸۰ میلی گرمی در صبح و شب مصرف شد. جلسه تمرین مقاومتی شامل ۵ حرکت پرس سینه با دستگاه، پرس پا، زیر بغل سیمکش، جلو ران و جلو بازو با دستگاه بود که در ۳ دور با شدت های ۷۰، ۷۵ و ۸۰ درصد از یک تکرار بیشینه با ۸ تا ۱۰ تکرار انجام شد. نمونه های خون وریدی، قبل از دوره مصرف مکمل، پیش از جلسه تمرین مقاومتی و بلافاصله پس از پایان جلسه تمرین مقاومتی اخذ شد. از نظر پاسخ های  $TNF-\alpha$  ( $P = 0/513$ )، آنزیمهای کبدی  $ALT$  ( $P = 0/105$ ) و  $AST$  ( $P = 0/103$ ) تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده نشد. با وجود این، افزایش مشاهده شده در پاسخ  $TNF-\alpha$  خون هر دو گروه نسبت به مقدار پایه و پیش آزمون از نظر آماری معنی دار بود (جدول ۴، ۳)،  $ALT$  و  $AST$  هر دو گروه پس از فعالیت نسبت به مقادیر پایه و پیش آزمون تغییر معنی داری نشان نداد. البته از نظر پاسخ های هورمون کورتیزول ( $P = 0/02$ ) تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده شد. یافته های حاصل از پژوهش حاضر نشان داد، مصرف مکمل آفرودیت تاثیری بر پاسخ شاخص های التهابی  $TNF-\alpha$  و آنزیم های کبدی  $ALT$  و  $AST$  ندارد ولی آفرودیت بر هورمون کورتیزول تاثیر دارد.

**واژه های کلیدی:** تمرین مقاومتی پیشرونده،  $TNF-\alpha$ ، آنزیم های کبدی، هورمون کورتیزول