

# آثار مکمل یاری آفرودیت بر پاسخ شاخص های التهابی $TNF\alpha$ ، آنزیم های کبدی (ALT و غیر مردان خون کورتیزول هورمون و (AST ورزشکار، متعاقب یک جلسه فعالیت مقاومتی پیشرونده

شهرام ضمیریان\*، 109،

1395-06-17

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، 18 مرد تمرین نکرده جوان ( $61/3 \pm 55/25$  سال) برای شرکت در این پژوهش انتخاب شده و به صورت تصادفی به دو گروه مکمل (9 نفر، کپسول آفرودیت) و دارونما (9 نفر، کپسول مالتودکسترین) تقسیم شدند. دوره مکمل یاری 3 هفته بود که در این مدت، روزانه 2 عدد کپسول 380 میلی گرمی در صبح و شب مصرف شد. جلسه تمرین مقاومتی شامل 5 حرکت پرس سینه با دستگاه، پرس پا، زیر بغل سیمکش، جلو ران و جلو بازو با دستگاه بود که در 3 دور با شدت های 70، 75 و 80 درصد از یک تکرار بیشینه با 8 تا 10 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  $\alpha-TNF$  ( $P = 513/0$ )، آنزیمهای کبدی ALT ( $P = 105/0$ ) و AST ( $P = 103/0$ ) تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده نشد. با وجود این، افزایش مشاهده شده در پاسخ  $\alpha-TNF$  خون هر دو گروه نسبت به مقدار پایه و پیش از آزمون از نظر آماری معنی دار بود (جدول 4، 3)، ALT و AST هر دو گروه پس از فعالیت نسبت به مقادیر پایه و پیش از آزمون تغییر معنی داری نشان نداد. البته از نظر پاسخ های هورمون کورتیزول ( $P = 02/0$ ) تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده شد. یافته های حاصل از پژوهش حاضر نشان داد، مصرف مکمل آفرودیت تأثیری بر پاسخ شاخص های التهابی  $\alpha-TNF$  و آنزیم های کبدی ALT و AST ندارد ولی آفرودیت بر هورمون کورتیزول تأثیر دارد.

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

[Islamic Azad University, Rasht Branch - Thesis Database](#)

[دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت - سامانه بانک اطلاعات پایان نامه ها](#)