



اثر حاد مکمل کربوهیدرات بر IL-6 در فوتبالیست‌های مرد تمرین کرده

علی محمدصادقی پور^{۱*}، امیرحسین احمدی حکمتی^۲

۱. کارشناسی ارشد، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران. (*نویسنده مسئول)
 ۲. کارشناسی ارشد، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران.

*Email: (ali_sadeghi1972@yahoo.com)

نوع ارائه مقاله: پوستر

چکیده

زمینه و هدف: هدف از تحقیق حاضر بررسی تاثیر مصرف کربوهیدرات بر سایتوکاین پیش التهابی (IL-6) پس از یک جلسه مسابقه رسمی در فوتبالیست‌های مرد نخبه بود.

روش کار: آزمودنی‌های این تحقیق ۲۲ فوتبالیست با میانگین سن 24.9 ± 2.5 سال، قد 179.6 ± 8.6 سانتی‌متر و وزن 78.4 ± 7.62 بودند، که سابقه تمرین فوتبال را داشته و به‌صورت داوطلبانه در این تحقیق شرکت کردند. پروتکل این تحقیق یک مسابقه فوتبال رسمی بمدت ۹۰ دقیقه، در دو زمان ۴۵ دقیقه‌ای با استراحت ۱۰ دقیقه‌ای بین دو نیمه از بازی، بود. افراد به عنوان نمونه‌های در دسترس و هدفمند انتخاب شدند و بصورت تصادفی و به‌طور مساوی در ۲ گروه، مصرف‌کننده کربوهیدرات و گروه کنترل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین میزان IL-6 سرمی گروه‌های مورد مطالعه پس از مصرف مکمل کربوهیدرات تفاوت معنی‌داری مشاهده نگردید $P = 3/059$ اما در بین گروهی معنا دار بود $P = 0/001$ و مشخص شد بالاترین میزان میانگین IL-6 در گروه مصرف‌کننده مکمل کربوهیدرات در پس‌آزمون مشاهده شده است و پس از ۲۴ ساعت میزان آن از سطح پیش‌آزمون نیز در هر گروه کنترل کمتر شده است.

نتیجه‌گیری: می‌توان نتیجه گرفت که مصرف مکمل کربوهیدرات باعث کاهش پاسخ سایتوکاین‌های پیش‌التهابی (IL-6) در فوتبالیست‌های نخبه می‌شود.

واژه‌های کلیدی: کربوهیدرات، IL-6، سایتوکاین‌های پیش‌التهابی، فوتبالیست، مسابقه