



## گیاهان دارویی و ورزشکاران

پروین آقابیگی امین<sup>۱</sup>، محمد عزیزی<sup>۲</sup>

۱. کارشناسی ارشد، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران. (\*نویسنده مسئول).

۲. استادیار، گروه فیزیولوژی ورزشی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.

\*Email: (aghabeigi.parvin@stu.razi.ac.ir)

### نوع ارائه مقاله: پوستر

#### چکیده

زمینه و هدف: هدف از پژوهش حاضر، بررسی مصرف گیاهان دارویی در بین ورزشکاران بود.

**روش کار:** به این منظور پرسشنامه محقق ساخته به صورت تصادفی بین ورزشکاران کرمانشاهی توزیع شد. اعتبار پرسشنامه توسط آزمون آلفای کرونباخ برابر با ۸۱/۰ به دست آمد. داده‌ها با استفاده از آزمون تی تست، ضریب همبستگی پیرسون و واریانس یک طرفه در سطح معناداری ( $p < 0.05$ ) تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که منبع اصلی دریافت اطلاعات ورزشکاران درمورد گیاهان دارویی در ۷۵٪ موارد توسط خانواده‌ها صورت می‌گیرد. همچنین نتایج نشان می‌دهد که پزشک در ۱۸٪ موارد درمورد گیاهان دارویی توضیح داده است و ۸۲٪ افراد در مورد گیاهان دارویی از پزشک توضیحی دریافت نکرده‌اند. در ۱۸٪ موارد پزشک گیاه دارویی تجویز و در ۸۲٪ موارد گیاه دارویی تجویز نکرده است.

**نتیجه‌گیری:** احتمالاً دلایل عدم استفاده از گیاهان دارویی از طرف ورزشکاران ناشی از این باشد که گیاهان دارویی در مقایسه با داروها و مکمل‌های شیمیایی اثرات سریع و آنی ندارند، از طرفی هم کارکرد گیاهان دارویی، شناسایی گیاهان موثر و پژوهش‌های لازم در این زمینه انجام نشده است و اطلاع رسانی کافی در مورد گیاهان دارویی و کاربرد آنها در زمینه‌های مختلف ورزشی در رسانه‌ها، منابع آموزشی و... صورت نگرفته است؛ حتی پزشکان نیز توضیحات کافی در این زمینه به ورزشکاران ارائه نمی‌هند و گیاهان دارویی را تجویز نمی‌کنند. با این حال اکثر ورزشکاران نقش گیاهان دارویی را در سلامت خود موثر و بدون عوارض دانسته‌اند.

**کلیدواژه‌ها:** گیاهان دارویی، ورزشکاران، پرسشنامه