

سومین کنگره ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت اولین کنگره ملی مدیریت راهبردی در ورزش

دانشگاه گیلان - منطقه آزاد انزلی - اداره کل ورزش و جوانان گیلان

۳۱ مرداد ۹۸

آدرس سایت: www.confsh.ir



تاثیر همزمان دو گیاه اسفرزه-خرفه و ورزش بر حساسیت انسولینی رت های نر دیابتی

حسام پارسا*^۱ نگین عاملی^۲

۱. استادیار، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزش، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران.

۲. کارشناسی ارشد، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزش، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران

*Email: (h.parsa@basu.ac.ir)

چکیده

زمینه و هدف: مطالعات زیادی در مورد تاثیر اجرای فعالیت ورزشی و نیز مصرف گیاهان مختلف، بر حساسیت انسولینی بیماران دیابتی نوع ۲، بررسی گردیده است، اما تاکنون تحقیقی در مورد مصرف همزمان دو گیاه خرفه و اسفرزه، همراه با اجرای تمرین شنا صورت نگرفته است.، از اینرو؛ این مطالعه با هدف تعیین اثر ترکیب دو گیاه سنتی خرفه-اسفرزه (رژیم غذایی) و ورزش استقامتی - قدرتی بر حساسیت انسولینی رت های نر دیابتی شده با استرپتوزوتوسین اجرا گردید.

روش کار: تعداد ۵۰ سر رت نر صحرایی انتخاب شدند. جهت القای دیابت، استرپتوزوتوسین، تزریق شد. سپس به پنج گروه؛ ۱. گروه کنترل- سالم ۲. گروه کنترل-دیابتی ۳. گروه دیابتی-تمرین، ۴. گروه دیابتی-رژیم غذایی، ۵. گروه دیابتی-رژیم غذایی-تمرین تقسیم شدند. رت ها به مدت ۱۲ هفته و پنج جلسه در هفته، همراه با وزنه (۲ درصد وزن بدن) اجرای تمرین شنا پرداختند. در نهایت، شاخص سرمی تری-گلیسرید، تست تحمل گلوکز خوراکی (OGTT)، غذای مصرفی روزانه رت ها و کسب وزن آنها، بررسی گردید.

یافته ها: تمرین شنا سبب افزایش حساسیت انسولینی و کاهش تری-گلیسرید سرمی در گروه های دیابتی و دیابت و ورزش گردید. همچنین، مشاهده شد که مصرف اسفرزه-خرفه در گروه دیابتی، باعث افزایش حساسیت انسولینی در آنها شده، اما تاثیری بر کاهش مقدار تری-گلیسرید آنها نداشته است. اجرای همزمان شنا همراه با مصرف اسفرزه-خرفه، تاثیر معنادارتری داشت

نتیجه گیری: انجام فعالیت بدنی و مصرف اسفرزه-خرفه میتواند منجر به کاهش مقادیر سرمی تریگلیسرید، و نیز افزایش حساسیت انسولینی در رت دیابتی نوع دو گردد.

کلیدواژه ها: دیابت نوع ۲، ورزش شنا، حساسیت انسولینی، اسفرزه-خرفه