

# 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

۳ مرداد ۹۸

آدرس سایت: [www.confsh.ir](http://www.confsh.ir)



## تأثیر ۶ هفته تمرین هوازی و مصرف مکمل ژل رویال بر آنزیم‌های کبدی اسپاراتات آمینو ترانسفراز و آلانین آمینو ترانسفراز بیماران مبتلابه مالتیپل اسکروزیس

سپیده بصیرت دهکردی<sup>۱\*</sup>، دکتر مجید وحیدیان رضازاده<sup>۲</sup>، دکتر علی مقتدری<sup>۳</sup>

۱. کارشناسی ارشد، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، زاهدان، ایران. (\*نویسنده مسئول).

۲. استادیار، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، زاهدان، ایران.

۳. دکترا، گروه نورولوژی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.

\*Email: (rahmat\_molaei@yahoo.com)

نوع ارائه مقاله: پوستر

### چکیده

**زمینه و هدف:** بیماری مالتیپل اسکروزیس با تغییرات پاتولوژیکی زیادی همراه است و آسیب‌های کبدی یکی از مهم‌ترین پیامدهای آن می‌باشد. هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر تمرین هوازی و مصرف ژل رویال بر آنزیم‌های AST و ALT بیماران مالتیپل اسکروزیس بود.

**روش کار:** در این پژوهش نیمه تجربی، ۳۲ نفر بیمار مبتلابه ام‌اس در ۳ گروه: ۱- ورزش+ژل رویال (۱۰ نفر)، ۲- ژل رویال (۱۱ نفر) و ۳- دارونما (۱۱ نفر) تقسیم شدند. تمرین به مدت ۶ هفته، هر هفته ۳ جلسه روی چرخ کارسنج و با شدت ۶۰٪ ضربان قلب بیشینه آغاز شد. سپس شدت تمرینات به صورت پلکانی افزایش یافت و در هفته ششم به ۸۰٪ ضربان قلب بیشینه رسید. دوز مصرف روزانه ژل رویال ۱۰۰۰ میلی‌گرم بود. غلظت سرمی آنزیم‌های کبدی پیش و پس از انجام پژوهش اندازه‌گیری شد.

**یافته‌ها:** مقادیر آنزیم‌های AST و ALT در مقایسه با پیش‌آزمون در گروه «ورزش+ژل رویال» کاهش معنی‌داری داشت ( $P < 0/05$ ). همچنین آنزیم ALT در گروه «ژل رویال» نیز کاهش معنی‌داری را نشان داد. نتایج تحلیل آماری نشان داد مقادیر این آنزیم‌ها در گروه «ورزش+ژل رویال» در مقایسه با گروه‌های «کنترل» و «ژل رویال» در پایان هفته ششم کاهش معنی‌داری داشت ( $P < 0/05$ ).

**نتیجه‌گیری:** نتایج این پژوهش نشان داد تمرین هوازی به همراه مصرف ژل رویال بیشترین اثر کاهنده بر مقادیر سرمی آنزیم‌های کبدی را در بین بیماران مالتیپل اسکروزیس داشته و باعث تأثیر مثبت بر آنزیم‌های کبدی و به‌ویژه مقادیر آنزیم ALT بیماران می‌شود.

**کلیدواژه‌ها:** تمرین هوازی، ژل رویال، اسپاراتات آمینوترانسفراز، آلانین آمینوترانسفراز، مالتیپل اسکروزیس