



اثر هشت هفته فعالیت مقاومتی همراه با مصرف مکمل استویا بر آدیپونکتین بیماران مبتلا به دیابت نوع دوم

*طیبه رویین^۱، ناصر بهپور^۲، مهرعلی رحیمی^۳

- ۱- کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی، گروه علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه رازی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران (*نویسنده مسئول)
- ۲- دانشیار، گروه علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه رازی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران
- ۳- دانشیار؛ فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم، گروه پزشکی داخلی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران

*Email: (golbarg_۱۹۸۶۲۰۰۲@yahoo.com)

نوع ارائه مقاله: پوستر

چکیده

زمینه و هدف: هدف از این پژوهش بررسی اثر هشت هفته فعالیت مقاومتی همراه با مصرف مکمل استویا بر سطح آدیپونکتین در بیماران مبتلا به دیابت نوع دوم بود.

روش کار: بدین منظور ۴۰ زن در چهار گروه ۱۰ نفری تجربی ۱ (تمرین مقاومتی+مصرف استویا)، گروه تجربی ۲ (تمرین مقاومتی+مصرف دارونما)، گروه مکمل استویا و گروه کنترل قرار گرفتند. سپس گروه‌های تجربی به مدت هشت هفته (سه جلسه در هفته) تمرینات مقاومتی خود را انجام دادند. گروه‌های مصرف مکمل نیز به مدت هشت هفته روزانه دو کپسول ۵۰۰ میلی گرم استویا را در دو وعده مصرف کردند. نمونه خونی قبل از اجرای پروتکل و ۴۸ ساعت پس از آخرین جلسه تمرین به منظور اندازه گیری میزان آدیپونکتین سرم گرفته شد. به منظور بررسی تفاوت درون گروهی از آزمون تی زوجی و جهت بررسی تفاوت بین گروهی از آزمون تحلیل واریانس یک سویه (آنوا) استفاده شد.

یافته ها: نتایج تجزیه تحلیل داده‌ها نشان داد که در گروه‌های تجربی ۱ (تمرین+استویا)، گروه تجربی ۲ (تمرین+دارونما) و گروه استویا تفاوت معنی داری در میزان آدیپونکتین سرم مشاهده شد. همچنین در مقایسه بین گروهی نتایج نشان داد (تمرینات مقاومتی+مصرف استویا) و (تمرینات مقاومتی+دارونما) اثر بیشتری نسبت به مصرف استویا بر آدیپونکتین دارد.

نتیجه گیری: به نظر می‌رسد تمرین مقاومتی همراه با مصرف مکمل استویا تأثیر مطلوبی بر آدیپونکتین سرم در مقایسه با تمرین مقاومتی تنها در زنان چاق دارای دیابت نوع دو دارد.

کلید واژه ها: آدیپونکتین، تمرین مقاومتی، استویا