

عنوان مقاله:

تاثیر مکمل گلوتامین بر آسیب عضلانی و شاخص های استرس اکسیداتیو پس از ۱۴ کیلومتر دویدن

محل انتشار:

اولین همایش ملی تازه های پژوهش در فیزیولوژی ورزشی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسندگان:

راضیه رمضان زاده - دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه محقق اردبیلی. ایران.

باقر شجاع انزابی - کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه محقق اردبیلی. ایران

خلاصه مقاله:

هدف از این مطالعه بررسی تاثیر مصرف ۷ روزه مکمل گلوتامین بر استرس اکسیداتیو ناشی از ورزش و آسیب عضلانی بود. روش ها: ۱۹ مرد جوان سالم غیرسیگاری برای شرکت در این مطالعه انتخاب شدند. شرکت کنندگان به صورت تصادفی دو سوکور کنترل شده با دارونما به ۲ گروه گلوتامین (گروه ۹) (G) و دارونما (گروه ۱۰) (P) تقسیم شدند. افراد به مدت ۷ روز روزانه گلوتامین ۱.۵ گرم بر کیلوگرم گلوتامین ۲۵۰+ میلی لیتر آب + ۱۵ گرم شیرین کننده یا دارونما ۲۵۰ میلی لیتر آب + ۱۵ گرم شیرین کننده مصرف کردند. سپس، شرکت کنندگان ۱۴ کیلومتر دویدند و اجازه داشتند در طول تمرین آب مصرف کنند. نمونه خون قبل از مصرف مکمل، قبل از ورزش، بلافاصله و ۱ ساعت بعد از ورزش گرفته شد. یافته ها: کراتین کیناز (CK) در هر دو گروه پس از تمرین نسبت به قبل از تمرین به طور معنی داری افزایش یافت ($P < 0.05$). علاوه بر این، افزایش معنی داری CK در گروه P در مقایسه با گروه G یک ساعت پس از تمرین مشاهده شد ($P = 0.021$). بلافاصله پس از تمرین در مقایسه با قبل از تمرین فقط در گروه G به طور معنی داری افزایش یافت ($P < 0.05$). کاهش معنی داری افزایش گلوکوتانیون (GSH) در گروه G بعد از مصرف مکمل، بلافاصله و ۱ ساعت بعد از تمرین، اما فقط ۱ ساعت پس از تمرین در گروه P در مقایسه با سطح پایه ($P < 0.05$) مشاهده شد. مالونددالدئید (MDA) ۱ ساعت پس از ورزش در مقایسه با قبل از تمرین فقط در گروه P به طور معنی داری افزایش یافت ($P < 0.05$). نتیجه گیری: به نظر میرسد م صرف مکمل گلوتامین ۷ روزه میتواند از طریق احتمالاً تاثیر بر عوامل آنتیاکسیدانی بر استرس اکسیداتیو و نشانگرهای آسیب عضلانی تاثیر بگذارد.

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1437464>

