

عنوان مقاله:

تاثیر ۶ هفته تمرین پیلاتس بر سندرم تخمدان پلی کیستیک زنان بارور

محل انتشار:

اولین همایش ملی واکاوی راهکارهای افزایش جمعیت و تاثیر آن بر نسل آینده (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسنده:

سولماز بابایی - دانشیار فیزیولوژی ورزشی، گروه علوم ورزشی، دانشگاه مراغه، مراغه، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: سندرم تخمدان پلی کیستیک یکی از شایع ترین اختلالات غدد درونریز است و شایع ترین علت ناباروری ناشی از عدم تخمک-گذاری می باشد لذا هدف از تحقیق حاضر بررسی تاثیر ۶ هفته تمرین پیلاتس بر سندرم تخمدان پلی کیستیک زنان بود. مواد و روشها: مطالعه حاضر از نوع نیمه تجربی با طرح پیش آزمون-پس آزمون بود. ۲۰ زن مبتلا به سندرم پلی کیستیک به طور داوطلبانه در پژوهش شرکت کردند و به صورت تصادفی به دو گروه شامل کنترل، تمرین پیلاتس تقسیم شدند. گروههای تمرینی، تمرینات پیلاتس را به مدت ۶ هفته انجام دادند. قبل و پس از ۶ هفته مداخله سطح پلاسمایی LH,FSH, اندازهگیری شد. آنالیز داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS و روش آماری تحلیل کواریانس با سطح معنی داری ۵ درصد تجزیه و تحلیل شد. یافته ها: نتایج نشان داد که سطح LH، در گروه مداخله تمرین پیلاتس، نسبت به گروه کنترل کاهش یافته است ($p < 0.05$) و شاخص های FSH در گروههای مداخله نسبت به گروه کنترل افزایش معنی داری داشته است ($p < 0.05$) در واقع یافته ها حاکی از اثر مداخلات بر شاخص های مورد بررسی است. بحث و نتیجه گیری: نتایج تحقیق حاضر نشان داد که تمرینات پیلاتس می تواند اثرات مفیدی در کارکرد تخمدانها داشته باشد و به عنوان یک روش درمانی جهت بهبود وضعیت بیماران مبتلا به سندرم تخمدان پلی کیستیک پیشنهاد می شود.

کلمات کلیدی:

تمرینات پیلاتس، سندرم تخمدان پلی کیستیک، زنان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2123407>

