

مقایسه اثر حاد دو نوع تمرین موازی، تناوبی هوازی - تناوبی مقاومتی و تناوبی هوازی - تداومی مقاومتی بر حاصل ضرب دوگانه، سطوح فیبرینوژن و فعالیت مسیرهای انعقادی در مردان جوان فعال

الناز رحمانی^۱، محمدرضا دهخدا^۲، پژمان معتمدی^۳، وحید نیکبخت^۱، محمد اسدی گلزار^{۴*}

^۱ کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

^۲ دانشیار، گروه فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

^۳ استادیار، گروه فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

^۴ کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

چکیده

فیبرینولیز و انعقاد دو جزء اصلی فرآیند هموستاز خون هستند. اطلاعات متناقضی در مورد تأثیر تمرین ورزشی بر این عوامل وجود دارد؛ بنابراین، به نظر می‌رسد که به تحقیقات بیشتری در این زمینه نیاز است. هدف پژوهش حاضر، مقایسه اثر حاد دو نوع تمرین موازی، تناوبی هوازی - تناوبی مقاومتی و تناوبی هوازی - تداومی مقاومتی بر حاصل ضرب دوگانه (حاصل تواتر - فشار)، سطوح فیبرینوژن و فعالیت مسیرهای داخلی و خارجی انعقاد خون در مردان جوان فعال می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش نیمه تجربی که با طرح متقاطع با دو گروه تمرینی صورت گرفت ۱۲ نفر از مردان جوان فعال بودند. آزمودنی‌ها طی دو مرحله به تمرین پرداختند، برای مقایسه تغییرات درون‌گروهی سطوح فیبرینوژن، زمان پروترومبین، زمان سهمی ترومبوپلاستین فعال شده و حاصل ضرب دوگانه از آزمون آنوا با اندازه‌گیری مکرر و از نرم‌افزار آماری SPSS^{۱۹} استفاده شد (سطح معنی‌داری $P=0/05$). پس از یک وهله تمرین موازی (تمرین تناوبی هوازی - تناوبی مقاومتی و تمرین تناوبی هوازی - تداومی مقاومتی) زمان پروترومبین، زمان سهمی ترومبوپلاستین فعال شده و سطوح فیبرینوژن بین دو نوع تمرین تفاوت معنی‌داری را نشان ندادند (مقدار P به ترتیب $P=0/58$ ، $P=0/14$ و $P=0/22$)؛ اما تفاوت معنی‌داری در میزان حاصل ضرب دوگانه بین دو نوع تمرین دیده شد ($P=0/04$). نتایج پژوهش حاضر حاکی از آن است که یک جلسه تمرین موازی تفاوت قابل توجهی را در سطوح فیبرینوژن و فعالیت مسیرهای داخلی و خارجی انعقاد خون ایجاد نمی‌کند و به نظر می‌رسد تمریناتی با الگوی مطالعه فوق منجر به خطر ترومبوز قابل توجهی در مردان جوان فعال نمی‌شود.

واژه‌های کلیدی: تمرین موازی، فیبرینوژن، انعقاد، حاصل ضرب دوگانه

مطالعات تربیت بدنی و علوم ورزشی

دوره ۴، شماره ۱، بهار ۱۳۹۸، صفحات ۱۱-۱