

تأثیر هشت هفته تمرین استقامتی بر تغییرات عملکردی قلب بیماران عروق کرونر بعد از استنت گذاری

فریده احمدیان^{۱*}، فرشاد غزالیان^۲، محسن صادقی^۳، محمود ثالثی^۴

^۱ کارشناسی ارشد، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

^۲ دانشیار گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

^۳ دانشیار مرکز تحقیقات آترواسکلروز، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران

^۴ مرکز تحقیقات آسیب‌های شیمیایی، انستیتو سیستم بیولوژی و مسمومیت‌ها، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران

چکیده

امروزه عمل استنت گذاری (آنژیوپلاستی) در بسیاری از بیماران جهت برطرف نمودن مشکلات ناشی از بیماری‌های قلبی عروقی متداول می‌باشد. این مطالعه با هدف بررسی اثرات تمرین استقامتی (بازتوانی) قلبی در گروه‌های مختلف بیماران از نظر تغییرات عملکردی قلبی، در تدوین برنامه بازتوانی اختصاصی تر برای آن‌ها و کاهش هزینه‌های درمانی تأثیرگذار می‌باشد. این مطالعه‌ی نیمه تجربی و به صورت کارآزمایی بالینی انجام شد و ۲۱ بیمار که حدود ۲ تا ۴ هفته از عمل استنت گذاری آن‌ها گذشته بود به روش مبتنی بر هدف و لحاظ کردن معیارهای ورود به مطالعه از بین بیماران بیمارستان بقیه اله (سال ۱۳۹۶) انتخاب شدند. آزمودنی‌ها به مدت ۳۰ تا ۶۰ دقیقه، ۳ بار در هفته و طی ۸ هفته شامل تمرین استقامتی هوازی، آموزش بیمار و اصلاح رژیم غذایی و دارویی برای آن‌ها انجام شد. برای تمام آزمودنی‌ها قبل و بعد از بازتوانی قلبی تست ورزش و اکو کاردیوگرافی و آزمایشات درخواستی انجام شد فشارخون سیستولی و دیاستولی استراحت، اوج تمرین، ریکاوری و ضربان قلب در سه مرحله تمرین، مدت زمان تست ورزش و METS مصرفی بیمار در اولین و آخرین جلسه از تمرین و میزان کسر تخلیه‌ای بیماران (EF) با استفاده از اکوکاردیوگرافی اندازه‌گیری شد. پس از هشت هفته تمرین بازتوانی قلبی، افزایش معنی‌داری در تغییرپذیری فشارخون سیستول و دیاستول ریکاوری و میزان کسر تخلیه‌ای بیماران و زمان تست ورزش بهبود پیدا کرد و ضربان قلب و قندخون و آنزیم‌های کبدی و TG، HDL قبل و بعد از بازتوانی قلبی تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. عوامل خطرزای بیماری‌های قلبی بعد از برنامه بازتوانی کاهش چشمگیری دارند پس با اطمینان می‌توان نتیجه گرفت، بهبودی حاصل شده ناشی از بهبود عملکردی قلبی و تمرین بازتوانی قلبی بوده است.

واژه‌های کلیدی: بازتوانی قلبی، آنژیوپلاستی، استنت گذاری، تمرین استقامتی، عروق کرونر.

مطالعات تربیت بدنی و علوم ورزشی

دوره ۶، شماره ۱، بهار ۱۴۰۰، صفحات ۱۳۸-۱۳۹