

تأثیر یک دوره برنامه تمرینی ترکیبی بر پاسخ‌های همودینامیکی بیماران مرد مبتلا به اختلال عروق کرونر

*سعید نقیبی^۱، دکتر محمد رضا کردی^۲، دکتر محمد جواد ملکی^۳، دکتر مسعود یارمحمدی^۴

چکیده

هدف: فعالیت بدنی یک نقش پذیرفته شده در توانبخشی قلبی دارد که بیشتر به جهت اثرات مثبت آن بر جریان خون عضله قلب در بیماران عروق کرونر می‌باشد. بهبود سیستم عروق محیطی و عملکرد انقباضی عضله قلب بعنوان سازگاریهای احتمالی پیشنهاد شده‌اند. هدف این مطالعه بررسی اثر تمرینات ترکیبی بر پاسخ‌های همودینامیکی بیماران عروق کرونر می‌باشد.

روش بررسی: در این مطالعه تجربی و مداخله‌ای ۲۴ بیمار عروق کرونر که به روش مبتنی بر هدف و لحاظ کردن معیارهای ورود به مطالعه از بین ۴۲ بیمار «جامعه در دسترس» ۷۵-۵۰ ساله انتخاب شده بودند، بطور تصادفی به دو گروه مساوی مداخله و کنترل تقسیم شدند. گروه مداخله در تمرینات ترکیبی به مدت ۳ ماه، ۳ بار در هفته برای ۶۰ تا ۸۰ دقیقه و در ۷۰٪ تا ۸۵٪ ضربان قلب بیشینه و ۴۰٪ تا ۶۰٪ یک تکرار بیشینه شرکت کردند. متغیرهای مورد مطالعه در ابتدا و در پایان برنامه با روش امیدانس کاردیوگرافی مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده‌های حاصل با استفاده از آزمون تی مورد بررسی قرار گرفت.

یافته‌ها: تمرینات موجب کاهش معنی دار ضربان قلب و فشار خون استراحتی بیماران شدند. حجم ضربه‌ای از 60 ± 8 به 81 ± 13 میلی لیتر، شاخص ضربه‌ای از 33 ± 4 به 44 ± 6 میلی لیتر بر ضربان بر مترمربع، برون ده قلبی از 4 ± 1 به 5 ± 1 لیتر در دقیقه و شاخص قلبی از $2 \pm 0/5$ به $3 \pm 0/5$ لیتر بر دقیقه بر مترمربع افزایش یافت ($P > 0/05$). مقاومت منظم عروقی از 1782 ± 361 به 1540 ± 294 دین بر ثانیه بر سانتیمتر و شاخص مقاومت منظم عروقی از 3212 ± 662 به 2751 ± 558 دین بر ثانیه بر مترمربع بر سانتیمتر کاهش یافت ($P > 0/05$).

نتیجه‌گیری: تمرینات ترکیبی از طریق ایجاد سازگاریهای محیطی، مرکزی و قلبی موجب بهبود پاسخ‌های همودینامیکی قلب بیماران عروق کرونر شود.

کلیدواژه‌ها: تمرینات ترکیبی / پاسخ‌های همودینامیکی / بیماران عروق کرونر / امیدانس کاردیوگرافی

- ۱- دانشجوی دکترای فیزیولوژی ورزش، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران
- ۲- دکترای فیزیولوژی ورزش، استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران
- ۳- جراح و متخصص قلب و عروق
- ۴- استادیار آمار ریاضی، دانشگاه پیام نور

تاریخ دریافت مقاله: ۸۶/۸/۱
تاریخ پذیرش مقاله: ۸۶/۱۰/۲۴

* آدرس نویسنده مسئول:

تهران، خیابان کارگر شمالی، بالاتر از چهارراه امیرآباد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران
تلفن:

*E-mail: sdnaghbi@yahoo.com