

تأثیر مصرف عصاره بابونه بر شاخص های آسیب کبدی (ALT، AST و ALP) پس از یک جلسه فعالیت عضلانی اکسنتریک

امان یان، جواد^۱، آذربایجانی، محمدعلی^۲، متین همایی، حسن^۳

۱- کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز، ۲- دانشیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز، ۳- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز

مقدمه: بر اثر فعالیت عناصر ایمنی مانند نوتروفیلها بعد از ورزش، رادیکال آزاد تولید میشود (۱). همچنین فشار اکسیداتیو ناشی از تمرینات ورزشی موجب آسیب اندام داخلی بدن از جمله کبد میشود (۲). از جمله گیاهانی که دارای خواص آنتی اکسیدانی، ضد التهابی و تقویت ایمنی می باشد، بابونه است (۳). با توجه به مطالعات اندک درباره تأثیر بابونه بر شاخصهای آسیب کبدی پس از فعالیت اکسنتریک، پژوهش حاضر به بررسی این موضوع می پردازد.

روش شناسی: نفر زن غیرورزشکار (۴ گروه ۷ نفره: بابونه دوز ۱۶۰۰، بابونه دوز ۴۰۰، ایبوپروفن دوز ۱۲۰۰ و دارونما دوز ۱۲۰۰) به مدت ۱۴ روز به مصرف مکمل پرداختند و سپس حرکت پشت پا دستگاه با تعداد ۵ ست ۱۵ تکراری به صورت اکسنتریک را انجام دادند. از آزمودنی ها قبل و ۴، ۲۴، ۴۸، ۷۲ ساعت بعد از اجرا نمونه گیری صورت گرفت. از تحلیل واریانس مختلط (۴*۶) در سطح معنی داری $p=0.05$ برای بررسی نتایج استفاده شد.

یافته ها: نتایج نشان داد که مصرف روزانه ۱۶۰۰ و ۴۰۰ میلی گرم عصاره سرگل بابونه به مدت ۱۴ روز موجب کاهش معنی دار غلظت آنزیمهای آلکالاین فسفاتاز، آلانین آمینوترانسفراز و آسپاراتات آمینوترانسفراز در مرحله بعد از مصرف شد ($P<0.005$). اما در بقیه موارد بویژه ۲۴ ساعت بعد از تمرین با وجود کاهش سطوح آنزیم ها، این کاهش معنی دار نبود ($P<0.005$).

نتیجه گیری: پژوهش حاضر نشان داد اگر چه مصرف بابونه و کپسول ایبوپروفن در حالت عادی (بدون فشار خارجی) دارای اثرات حفاظت کبدی میباشد اما بعد از انجام تمرینات سنگین ورزشی تأثیر معنی داری بر سطوح آنزیم های کبدی ندارد. با این حال نیاز به تحقیقات بیشتر در این زمینه ضروری به نظر می رسد.

منابع

1. Pyne DB. Exercise-induced muscle damage and inflammation: a review. Aust J Sci Med Sport. 1994 Sep-Dec;26(3-4):49-58.
2. Sen CK. Antioxidant and redox regulation of cellular signaling: introduction. Med Sci Sports Exerc.
3. Singh O, Khanam Z, Misra N, Srivastava MK. Chamomile (*Matricaria chamomilla* L.): An overview. Pharmacogn Rev. 2011 Jan;5(9):82-95.