

تاثیر مصرف آلوئه‌ورا بر برخی شاخص‌های آسیب سلولی پس از یک دوره تمرین هوازی در پسران ورزشکار

لطفی پور، مهدی^۱، براتی، امیرحسین^۲، شهیدی، فرشته^۲

۱- کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، ۲- استادیار دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی

مقدمه: برگ گیاه آلوئه‌ورا حاوی غلظت بالایی از ترکیبات آنتراکینون است که خواص ضد التهاب، ضد سرطان، ضد اولسر و آنتی اکسیدان دارد. هدف از این پژوهش، تعیین تاثیر مصرف آلوئه‌ورا بر برخی شاخص‌های آسیب سلولی پس از یک دوره تمرین هوازی در پسران ورزشکار ۱۸-۱۵ سال بود.

روش‌شناسی: در این تحقیق ۲۰ نفر دانش آموز پسر ورزشکار قد 172.05 ± 6.4 سانتی‌متر و وزن $51. \pm 64.85$ کیلو گرم به صورت تصادفی به دو گروه مکمل (۱۰ نفر) و دارو نما (۱۰ نفر) تقسیم شدند سپس تمرین هوازی به مدت ۴ هفته در هر دو گروه اجرا گردید که در این مدت گروه مکمل، روزانه ۳ عدد کپسول آلوئه‌ورا که هر کپسول حاوی ۲ گرم آلوئه‌ورا و خشک شده و گروه دارو نما ۳ عدد کپسول حاوی دکستروزین بعد از هر وعده غذایی مصرف نمودند. جهت تعیین شاخص‌های آسیب سلولی، شاخص‌های لاکتات دی‌هیدروژناز و پروتئین واکنش گر انتخاب شد و نمونه خونی ۲۴ ساعت قبل و بعد از هر تست کوپر انجام شد. برای تحلیل استنباطی داده‌ها از آزمون تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و برای مقایسه بین گروهی از آزمون تی مستقل استفاده شد ($P \leq 0.05$).

یافته‌ها: مصرف آلوئه‌ورا حین تمرینات هوازی باعث کاهش معنا دار لاکتات دی‌هیدروژناز ($P=0/006$) در گروه مکمل کاهش ۱۵٪ نسبت به دارو نما داشت و پروتئین واکنش گر C ($P=0/008$) در گروه مکمل کاهش ۱۱٪ نسبت به دارو نما داشت، شد.

نتیجه‌گیری: در مجموع یافته‌های پژوهش حاضر با احتیاط نشان داد، آلوئه‌ورا باعث کاهش برخی شاخص‌های آسیب سلولی و التهاب سلولی شد. این نتیجه بیانگر نقش ضد التهابی و آنتی اکسیدانی آلوئه‌ورا است.

منابع

1. Rajasekaran s.sivagnanam k.Subramanian s.anti oxidant effect of Aloe vera gel extract in streptozotocin _ induce diabetes in rats.pharmacol Reports 2005;57:90-96.
۲. مسیبی، قاسم، علی قضاوی، بابک عقیلی، عباس میرشفیعی. ۱۳۸۸. فعالیت ایمونومدولاتوری آلوئه‌ورا در مدل حیوانی مولتیپل اسکلروزیس. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی اراک: ۹۸-۱۰۴.