

فعالیت ورزشی وبافت خبرے

(مروزی بر ادیو کاین ها)

محمد موسای • امید یعقوب پور یکانی

(دانشجو، دکتری فیزیولوژی ورزشی)





انتشارات تخصصی کتاب‌ها
تربیتی، علمی و ورزشی

فعالیت ورزشی و بافت چربی (مروی بر روی کاین‌ها)

تألیف: محمد موسایی

امید یعقوب پور یکی

سرپرست واحد گرافیک: المیرا میرموری

طراحی صفحات: واحد گرافیک

طراح جلد: محمود رضا لطیفی

لیتوگرافی: باختر

ده سازی و نظارت بر چاپ و توزیع: محمد حتمی رازلیقی

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵

شمارگان ۵۰۰ نسخه

قیمت (تک رنگ): ۲۵۰ ۰۰۰ ریال

قیمت (رنگی): ۳۲۰ ۰۰۰ ریال

عنوان و نام پدیدآور: فعالیت ورزشی و بافت چربی؛ مولفین محمد موسایی، امید یعقوب پور یکانی.

مشخصات نشر: تهران: شرکت تضامنی انتشاراتی حتمی و شرکا، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۱۶۰ ص:، مصور، جدول، نمودار.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۵۵-۱۱۴-۵

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: ماهیچه‌ها

موضوع: ماهیچه‌ها -- چربی

شناسه افزوده: محمد، ۱۳۶۳

شناسه افزوده: یکانی، امید، ۱۳۵۲

رده بندی کنگره: ۱۳۹۵/ب/۱۳۲۱/۱۳۹۵

رده بندی دیویی: ۷۴

شماره کتابشناسی ملی: ۲۷

توجه: به موجب ماده ۵ قانون حمایت، از حقوق مؤلفان، مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸/۱۰/۱۱ کلیه حقوق این کتاب برای برای انتشارات حتمی محفوظ می‌باشد و هیچ شخص حقیقی یا حقوقی حق استفاده از آن را ندارد و متخلفین به موجب این قانون تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

نمایشگاه و فروشگاه دائمی: تهران، خیابان انقلاب، بین

خیابان ۱۲ فروردین و اردیبهشت، جنب بانک صادرات،

ساختمان ۱۴۸۴، فروشگاه کتاب کاشفان

تلفن: ۶۶۴۰۳۱۶۲ فکس: ۶۶۴۰۳۱۷۰

سرویس پیام کوتاه (sms): ۳۰۰۰۲۵۷۶

پایگاه اینترنتی: <http://www.HatmiSS.ir>

<http://www.Hatmi.ir>

دوست عزیز جهت آگاهی از آخرین اخبار و اطلاعات کتاب‌های منتشر شده لطفاً پایه و گرایش تحصیلی خود را به شماره ۳۰۰۰۲۵۷۶ sms نمایید.

فهرست مطالب

فصل اول

- ۱-۱. چاقی ۷
۲-۱. دیابت ۸
۳-۱. انسولین ۱۰
۴-۱. مقاومت انسولینی ۱۲

فصل دوم

۲. بافت چربی ۱۷
۱-۲. بافت چربی قهوه ای ۱۸
۱-۲-۱ اهمیت فعال شدن بافت چربی قهوه ای ۲۰
۱-۲-۲ نقش SNS بر بافت چربی قهوه ای و اثر تمرینات ورزشی ۲۱
۱-۲-۳ فعال کننده های دیگر بافت چربی قهوه ای ۲۳
۱-۲-۴ فعالیت بافت چربی قهوه ای و بکارگیری آن در انسان ها ۲۸
۱-۲-۵ اثر تمرینات ورزشی بر بافت چربی قهوه ای و براونینگ در بدن حیوانی و انسانی ۲۹
۱-۲-۶ نتیجه گیری ۳۰
۲-۲. بافت چربی سفید ۳۰
۱-۲-۲ عملکرد بافت چربی سفید ۳۳
۲-۲-۲ چاقی و مقاومت انسولینی ۳۵

فصل سوم

۳. ادیپوکاین ۳۹
۱-۳. ادیپوکاین ASP ۴۰

۴۲	۳-۲. ادیپسین به عنوان یک ادیوکاین
۴۳	۳-۳. آدرنومدولین
۴۴	۳-۴. اپلین
۴۷	۳-۵. فاکتور چربی ناشی از ناشتایی / پروتئین ۴ شبه آنژیوپوئیتین Ang
۴۹	۳-۶. PAI-۱ (بازدارنده فعال کننده ی پلاسمینوژن)
۵۱	۳-۷. واسپین
۵۳	۳-۸. لپتین
۶۳	۳-۹. (رتینول متصل) پروتئین چهار) RBP۴
۶۵	۳-۱۰. امنیتین
۶۷	۳-۱۱. ادیپونکتین
۷۷	۳-۱۲. کمرین
۸۰	۳-۱۳. رزیستین

فصل چهارم

۸۵	۴-۱. چاقی و دیسلیپیدمی
۹۱	۴-۲. کبد چرب غیر الکلی (NAFLD) چاقی و کبد چرب غیر الکلی (NAFLD)
۹۴	۴-۳. التهاب در بافت چربی
۹۸	۴-۴. تاثیر ادیوکاین ها بر پاسخ های التهابی
۱۰۷	۴-۵. هایپوکسی و آنژیوزنز بافت چربی
۱۱۰	۴-۶. بیوزنز میتوکندری، PGC-۱ و ادیوکاین ها
۱۱۲	۴-۷. نقش ادیوکاین ها بر مقاومت انسولینی
۱۱۸	۴-۸. اثرات تمرینات ورزشی بر تنظیم چاقی ناشی از بیان ادیوکاین ها در بافت چربی سفید
۱۲۳	۴-۹. نقش تمرین ورزشی در جلوگیری از دیابت نوع دوم
۱۲۴	۴-۱۰. نتیجه گیری

بافت چربی به عنوان یک ارگان فعال درون ریز و منبع اصلی ذخیره انرژی بدن به شمار می‌آید. ادیپوکاین‌ها نیز گروهی از پپتیدها هستند که از بافت چربی ترشح می‌شوند و دارای نقش‌های مختلفی می‌باشند. برای مثال، آنها دارای عملکردهای اندوکراین و اتوکراین و پاراکراین هستند و می‌توانند رونویسی و ترجمه ریز نیز تحت تاثیر قرار دهند. ادیپوکاین‌ها دارای اثرات التهابی و ضد التهابی بصورت مستقیم و غیر مستقیم بر همه‌ی سیستم‌های بافتی بدن هستند و در مقاومت انسولینی، عملکرد اندوتلیال، بیماری‌های قلبی و عروقی، دیابت، چاقی و تنظیم اشتها نقش دارند. در طی چند دهه‌ی اخیر وظایف و اعمال بافت چربی در بدن مورد بررسی قرار گرفته‌اند اما سازگاری‌های ناشی از فعالیت‌های ورزشی بر روی این بافت و ادیپوکاین‌های ترشح شده از آن بخوبی شناخته نشده است. این کتاب شامل بررسی‌های بر بافت چربی، فاکتورها و بیماری‌های مرتبط با بافت چربی از قبیل چاقی و کبد چرب غیر الکلی، بررسی برخی از ادیپوکاین‌ها و اثرات فعالیت ورزشی بر تحریک و مهار آنها می‌باشد. این کتاب می‌تواند مورد توجه دانشجویان رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی به ویژه دانشجویان فیزیولوژی ورزشی قرار گیرد. امیدواریم مطالعه‌ی این کتاب بتواند سهمی در بهبود دانش تندرستی و سطح دانش افراد جامعه داشته باشد. با تمام تلاشی که در بیان مطالب داشته‌ایم اشکالاتی ممکن است وجود داشته باشد که همین جا صمیمانه از تمام اندیشمندان، اساتید بزرگوار و دانشجویان عزیز تقاضا داریم پیشنهادات و انتقادات خود را برای ما ارسال کنند تا به رفع آنها بپردازیم.