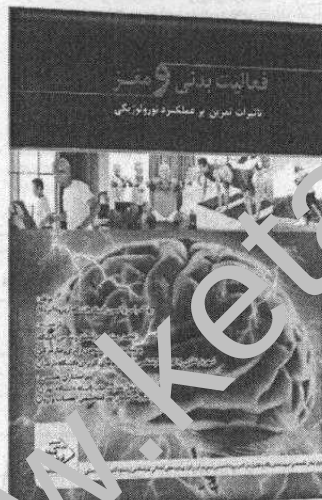


فعالیت بدنی و مغز در طول عمر

تاثیرات تمرین بر عملکرد نورولوژیکی



مترجمین:

محمد رستمی پور - پریسا معتمدی - شهریار نظری

دکتر رسول حمایت طلب - دکتر رضا سلمان پور

عنوان و نام پدیدآور	: فعالیت بدنی و مغز در طول عمر / (ویراستار رونالد راس واتسون)؛ مترجمان محمد رستمی پور، شهریار نظری، پریسا معتمدی.
مشخصات نشر	: تهران: سپهر، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	: ۴۰۸ ص: مصور (بخشی رنگی)؛ جدول، نمودار (بخشی رنگی).
شابک	: 978-622-962816-4
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: عنوان اصلی: Physical activity and the aging brain : effects of exercise on neurological function; c2017.
یادداشت	: کتابخانه.
موضوع	: شناخت (روان شناسی) -- تأثیر ورزش
موضوع	: Cognition -- Effect of exercise on
موضوع	: بزرگسالی -- جنبه های فیزیولوژیکی
موضوع	: Aging -- Physiological aspects
موضوع	: مغز -- زخم ها و آسیب ها -- ورزش درمانی
موضوع	: Brain -- Wounds and injuries -- Exercise therapy
موضوع	: عصب شناسی
موضوع	: Neurology
شناسه افزوده	: واتسون، رونالد راس، ۱۹۴۲ - م. ویراستار
شناسه افزوده	: Watson, Ronald R. (Ronald Ross)
شناسه افزوده	: رستمی پور، محمد، ۱۳۴۹ - مترجم
شناسه افزوده	: نظری، شهریار، ۱۳۷۱ - مترجم
شناسه افزوده	: معتمدی، پریسا، ۱۳۵۷ - مترجم
رده بندی کنگره	: BF۶۲۴ .۵
رده بندی دیویی	: ۱۳ / ۱۵۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۰۲۵۰

عنوان کتاب فعالیت بدنی و مغز در طول عمر

مترجمین: محمد رستمی پور، شهریار نظری، پریسا معتمدی

تدوین و تنظیم: دیپارتمان تخصصی تربیت بدنی موسسه نگاره

ناشر انتشارات سپهر

سال نشر ۱۳۹۸

تیراژ ۱۰۰۰

نوبت چاپ اول

چاپ سپهر

قیمت ۷۰۰,۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۶۲۸۱-۴-۴

تمامی حقوق این اثر برای "دیپارتمان تخصصی تربیت بدنی" محفوظ است.



www.TarbiatBadani.com

پیشگفتار مترجمان

دانش علوم اعصاب یا نوروساینس دانش مطالعه‌ی سامانه عصبی است. دانش علوم اعصاب زیرشاخه‌ای چند رشته‌ای از زیست‌شناسی است که با بهره‌گیری از فیزیولوژی، آناتومی، زیست‌شناسی تکاملی و زیست‌شناسی سلولی و مولکولی، مدل‌سازی ریاضی و روانشناسی به درک ویژگی‌های نورون‌ها و مدارهای عصبی می‌پردازد. به‌طور سنتی، علوم اعصاب یکی از زیرشاخه‌های پزشکی و زیست‌شناسی و داروسازی شناخته می‌شد. به هر رو، این دانش اکنون یک دانش میان رشته‌ای است و در واقع با دیگر رشته‌های دانش مانند شیمی، بیولوژی، زبان‌شناسی، ریاضی، پزشکی، روان‌شناسی، فیزیک و فلسفه همکاری دارد. علوم اعصاب کوشش برای شناخت و درک دستگاه عصبی، شامل مغز، نخاع و سلول‌های حسی یا نرون‌ها در سراسر بدن است. زمینه علوم اعصاب کتب مختلفی چه به زبان انگلیسی و چه زبان فارسی به قلم نگاشته شده است. اکثر کتب موجود در بازار رویکردی روان‌پزشکی یا بالینی دارند که از آناتومی مغز شروع کرده و روند کار دارو را بیان می‌کند. کتاب حاضر اولین و مرجع‌ترین کتاب موجود در دنیا می‌باشد که صرفاً به بررسی فیزیولوژی و فعالیت‌های بدنی بر مغز و عملکرد عصبی پرداخته است. این کتاب توسط استاد بنام دانشمند اریزونا آمریکا به همکاری ۵۲ استاد برتر در این زمینه در بیست فصل تألیف شده است. مترجمان در این کتاب بعد از یک سال تلاش مداوم ترجمه این کتاب را به اتمام رساندند؛ همچنین تمام کلیدواژه‌های این کتاب در داخل متن و باورقی توضیح داده شده است تا درک متون برای مخاطب راحت‌تر گردد.

کتاب حاضر یک منبع مرجع برای رشته‌های روان‌شناسی (تمام گرایش‌ها)، تربیت‌بدنی (گرایش رفتار حرکتی، آسیب‌شناسی ورزشی، و فیزیولوژی ورزشی)، متخصصین اعصاب و روان، کار درمان‌ها در زمینه توان‌بخشی می‌باشد. از آنجایی که هیچ اثری بری از عیب نیست، لذا دست‌سازان و دانشجویان محترم را در رفع و اصلاح اشکالات در چاپ بعدی (به آدرس ایمیل Rostafar.1300@gmail.com) را به گرمی می‌فشارم. در پایان بر خود لازم می‌دانم که از زحمات دکتر رسول حمایت‌طلب دکتر رضا سلمان پور جهت ویراستاری علمی کتاب کامل تشکر و قدردانی نمایم.

بامهر - محمد رستمی پور

- فصل اول: تأثیر فعالیت‌های بدنی بر شبکه‌های عصبی..... ۲
- فصل دوم: تمرین و رشد مغز در کودکان و نوجوانان..... ۲
- فصل سوم: بیان افتراقی پروتئوم مغز در تمرینات جسمانی..... ۲
- فصل چهارم: تغییرات دمای مغز ناشی از فعالیت بدنی..... ۲
- فصل پنجم: فعالیت بدنی به مثابه یک مداخله درمانی برای اختلالات اعتیاد: تعاملات به متامفتمین ها..... ۲
- فصل ششم: تأثیر ظرفیت تمرین بر مداخلات دارویی انتقال دهنده های عصبی مغز..... ۲
- فصل هفتم: سیستم اندوکراینوتیوید و بیماری های مزمن: فرصتی برای درمان های نوین..... ۲
- فصل هشتم: تغییرات در گردش خون مغز حین تمرینات منظم..... ۲
- فصل نهم: مکانیسم های ایست شیمیایی مربوط به محافظت از عصب ناشی از ورزش در مغز با افزایش سن و بیماری های عصبی مرتبط..... ۲
- فصل دهم: تأثیر مکمل لاتونین در درمان های شدید..... ۲
- فصل یازدهم: سازو کار های ایست عصبی در صدمات نخاعی با استفاده از تمرین و توانبخشی..... ۲
- فصل دوازدهم: ساختار عصبی، اتصال (پیرنات) و تغییرات شناختی مرتبط با تمرین بدنی..... ۲
- فصل سیزدهم: تأثیر تمرین بر عملکرد حرکتی و عملکرد عصبی در بیماری پارکینسون..... ۲
- فصل چهاردهم: تمرینات بدنی و تأثیر آن بر بیماران آلزایمر..... ۲
- فصل پانزدهم: سازماندهی مجدد قشر مغز در پاسخ به ورزش..... ۲
- فصل شانزدهم: افزایش ظرفیت شناختی در مغز سالمندار با تمرین..... ۲
- فصل هفدهم: اثرات مشترک فعالیت بدنی ترکیبی و تمرینات مغز در عملکرد ای عصبی..... ۲
- فصل هجدهم: فعالیت بدنی: تأثیرات تمرین بر عملکرد عصبی..... ۲
- فصل نوزدهم: تأثیر آنتی اکسیدان های مغزی و ضد زخم بر بهبود درد های عصبی ناشی از تمرین..... ۲
- فصل بیستم: اثرات عملکرد ایمنی تمرینات تغییر یافته بر روی شکل پذیری عصبی..... ۲