

محیط و عملکرد ایمنی در ورزش

مؤلفین :

دکتر عبدالرضا کاظمی

عضو هیات علمی دانشگاه ولی عصر علیه السلام رفسنجان

دکتر صادق امانی

عضو هیات علمی دانشگاه خوارزمی

دکتر شمس الدین رضایی

عضو هیات علمی دانشگاه ایلام

- سرشناسه : کاظمی، عبدالرضا، ۱۳۶۱ -
- عنوان و نام پدیدآور : محیط و عملکرد ایمنی در ورزش / مولفین عبدالرضا کاظمی، صادق امانی، شمس‌الدین رضایی.
- مشخصات نشر : رفسنجان : دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان، انتشارات، ۱۳۹۷.
- مشخصات ظاهری : ۲۰۴ ص.
- شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۹۷۲۲-۰۰-۳
- وضعیت فهرست نویسی : فیا
- یادداشت : کتابنامه.
- موضوع : تمرین‌های ورزشی -- جنبه‌های ایمنی
- موضوع : تمرین‌های ورزشی -- جنبه‌های فیزیولوژیکی
- شناسه افزوده : امّی، صادق، ۱۳۶۲ -
- شناسه افزوده : رضایی، شمس‌الدین، ۱۳۵۹ -
- شناسه افزوده : دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان. انتشارات
- رده بندی کنگره : ۱۳۹۶ م ۳۱۷، ۶۰۲



انتشارات دانشگاه
ولی عصر رفسنجان

عنوان: محیط و عملکرد ایمنی در ورزش

نویسندگان: عبدالرضا کاظمی، صادق امانی، شمس‌الدین رضایی.

ناشر: دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان

سال چاپ: ۱۳۹۷

تیراز: ۵۰۰

قیمت: ۲۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۹۷۲۲-۰۰-۳

لذا از مخاطبان عزیز، دانشجویان، متخصصان و اساتید این حوزه تقاضا می‌شود هر گونه پیشنهاد خود را جهت ارتقای سطح کیفی کتاب به نشانی rkazemi22@yahoo.com و یا آدرس انتشارات دانشگاه حضرت ولی عصر علیه السلام رفسنجان ارسال بفرمایند.
در پایان این اثر علمی را تقدیم می‌کنیم به تمامی کسانی که خالصانه در خدمت به بشریت از هیچ تلاشی فروگذار نمی‌کنند.

عبدالرضا کاظمی

زمستان ۹۶

www.ketab.ir

فهرست مطالب

۵	 مقدمه مؤلف
---	------------------

فصل اول: واکنش ایمنی به ورزش در محیط سرد

۱۰	 مقدمه
۱۱	 پاسخ‌های فیزیولوژیکی به رویارویی غیرفعال بدن به سرما
۱۷	 واکنش‌های فیزیولوژیکی به ورزش در سرما
۲۳	 ورزشکاران زمستانی و عفونت‌ها
۲۵	 واکنش ایمنی ذاتی به سرد شدن غیرفعال
۳۳	 واکنش ایمنی سازشی به سرد شدن غیرفعال
۳۷	 واکنش‌های ایمنی سازشی به ورزش در سرما
۴۰	 نکات کلیدی

فصل دوم: ورزش، محیط گرم و عملکرد ایمنی

۴۴	 مقدمه
۴۵	 بررسی میانجی‌های ایمنی ناشی از استرس (پاسخ بدن به استرس)
۴۸	 تنظیم دمای بدن و معادله گرمایی
۵۰	 پاسخ بدن به افزایش دمای مرکزی
۵۴	 فشار گرمایی و ایمنی ذاتی
۵۶	 واکنش ایمنی ذاتی به فشار گرمایی غیرفعال
۶۱	 واکنش ایمنی ذاتی به فشار گرمایی

۶۶	مراحل ایمنی‌سازی در رویارویی با بیش‌گرمایی
۷۱	فعالیت ورزشی در گرما و عملکرد ایمنی
۷۲	فعالیت ورزشی در گرما و عملکرد ایمنی ذاتی
۸۷	بیماری گرمایی و عملکرد ایمنی
۸۹	واکنش‌های ایمنی در بیماران با آسیب گرمایی
۹۲	نکات کلیدی

فصل سوم: ورزش، ارتفاع و عملکرد ایمنی

۹۶	مقدمه
۹۷	ارتفاع و هایپوکسی
۱۰۰	پاسخ‌ها و سازگاری‌های فیزیولوژیک بدن به ارتفاع
۱۰۲	ورزش و هایپوکسی
۱۱۱	ارتفاع و دستگاه ایمنی
۱۲۳	ورزش، هایپوکسی و سیستم ایمنی
۱۳۵	نکات کلیدی

فصل چهارم: فضا، ایمنی و ورزش

۱۴۰	مقدمه
۱۴۲	مدل‌های ایجاد محیط کم‌جاذبه روی زمین
۱۴۳	مسافرت به قطب جنوب
۱۴۴	استراحت در رختخواب با قرار دادن سر به پایین
۱۴۵	مدل‌های حیوانی پرواز فضایی
۱۴۷	تغییرات فیزیولوژیک به قرار گرفتن در محیط کم‌جاذبه
۱۵۷	فضا و ایمنی
۱۷۴	ورزش، فضا و ایمنی
۱۷۸	نکات کلیدی
۱۸۱	کتابنامه