

اثر تمرین های هوازی بر شاخص های اریتروسیت خون بیماران مبتلا به سرطان های خون بعد از پیوند اتولوگ سلول های بنیادی محیطی

بتول رضایی سراجی^۱، علی اصغر رواسی^۲، عباس حاجی فتحعلی^۳، رحمان سوری^۴، مهشید مهدی زاده^۵، مهدی امینی^۶

چکیده

سابقه و هدف

آنمی یکی از مشکلات معمول در بیماران سرطانی است. درمان آنمی می تواند پاسخ بیمار به سرطان و روند پیشرفت بیماری را تحت تاثیر قرار دهد. هدف پژوهش حاضر، تعیین اثر فعالیت ورزشی هوازی با شدت متوسط بر شاخص کل سلول های قرمز بیماران مبتلا به سرطان های خون بعد از پیوند اتولوگ استم سل محیطی بود.

مواد و روش ها

در یک مطالعه کاربردی نیمه تجربی، تعداد ۲۶ بیمار مراجعه کننده به بیمارستان طالقانی به روش تصادفی ساده به دو گروه تجربی (۱۳ نفر) و کنترل (۱۳ نفر) تقسیم شدند. افراد گروه تجربی، برنامه تمرین شامل؛ دویدن هر روز صبح روی تردمیل با شدت ۷۰٪-۶۰٪ ضربان قلب ذخیره، به مدت ۳۰-۲۰ دقیقه را به مدت ۶-۴ هفته اجرا کردند و بر گروه کنترل هیچ مداخله ای صورت نگرفت. نمونه خون صبح روز اول شیمی درمانی و روز ترخیص بیمار، به صورت ناشتا گرفته شد و گلبول های قرمز، هماتوکریت و هموگلوبین در آن ها بررسی شد.

یافته ها

تعداد گلبول های قرمز، میزان هماتوکریت و هموگلوبین پس از اتمام دوره مداخله و هنگام ترخیص از بیمارستان در هر دو گروه کاهش یافت اما کاهش میانگین گلبول های قرمز خون، میزان هماتوکریت و هموگلوبین بیماران گروه تجربی نسبت به گروه کنترل به طور معناداری کمتر بود (به ترتیب: $p=0/026$ ، $p=0/032$ و $p=0/007$).

نتیجه گیری

فعالیت ورزشی هوازی با شدت متوسط ممکن است سبب کاهش افت شدید شاخص های اریتروسیت در بیماران تحت درمان با پیوند اتولوگ استم سل محیطی شود.

کلمات کلیدی: تمرینات هوازی، شاخص های اریتروسیت، پیوند اتولوگ، سلول های بنیادی خونساز

تاریخ دریافت: ۹۰/۳/۱۸

تاریخ پذیرش: ۹۰/۸/۱۱

۱- مؤلف مسئول: کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش - دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران - ایران - صندوق پستی: ۱۳۱۱۷-۱۴۳۹۵

۲- دکترای تخصصی فیزیولوژی ورزش - استاد دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران - ایران

۳- متخصص هماتولوژی - دانشیار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی - تهران - ایران

۴- دکترای تخصصی فیزیولوژی ورزش - استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران - ایران

۵- فوق تخصصی خون و انکولوژی کودکان - استادیار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی - تهران - ایران

۶- کارشناس پرستاری - بیمارستان طالقانی - تهران - ایران

مقدمه

سرطان، دومین علت مرگ و میر در جهان است. خوشبختانه شانس بهبودی در بیماران مبتلا به سرطان، در سال‌های اخیر با درمان‌های جدید افزایش یافته است. استفاده از روش‌های درمانی جدید، باعث علاج قطعی بیش از ۵۰٪ مبتلایان به سرطان می‌شود (۱-۳). پیوند سلول‌های بنیادی خون محیطی (Peripheral Hematopoietic Stem Cell Transplantation)، روشی است که در آن از راه شیمی درمانی یا پرتودرمانی، سلول‌های خونساز و سیستم ایمنی فرد را حذف می‌کنند و با سلول‌های بنیادی که از فرد دیگر (آلوزن = Allogen) و یا خود شخص (اتولوگ = Autologous) که بخشی از آن‌ها قبلاً از خون محیطی جمع‌آوری شده‌اند، جایگزین می‌نمایند (۴). این شیوه درمانی برای بهبود بسیاری از بیماری‌های مختلف بدخیم و خوش‌خیم خونی و غیر خونی به کار می‌رود. با استفاده از این روش درمانی، طول عمر بسیاری از بیماران افزایش می‌یابد (۵).

بیماران تحت درمان با پیوند سلول‌های بنیادی، معمولاً کاهش را در سطح اريتروسیت‌های خونساز تجربه می‌کنند که ممکن است چندین ماه پس از درمان نیز ادامه یابد. کاهش در سطح اريتروسیت‌ها می‌تواند با مشکلات ایجاد شده ناشی از درمان از جمله خستگی، آنمی، افسردگی و تقلیل عملکرد جسمانی در ارتباط باشد (۶، ۷). کاهش در سطح اريتروسیت‌ها و آنمی، یکی از مشکلات معمول و مداوم در بیماران سرطانی است و شدت آن به وسعت بیماری و شدت درمان بستگی دارد. علایم آنمی، کیفیت زندگی را کاهش می‌دهد. گزارش شده است که در بیماران مبتلا به سرطان‌های مختلف، ابتلا به آنمی سبب افزایش خطر مرگ به میزان ۶۵٪ می‌شود (۸-۱۱). درمان آنمی می‌تواند پاسخ بیمار به سرطان و روند پیشرفت بیماری را تحت تاثیر قرار دهد (۱۲).

اغلب بیماران سرطانی که دچار خستگی و ضعف عضلانی هستند، جهت کاهش خستگی به استراحت و پرهیز از فعالیت بدنی تشویق می‌شوند (۱۳). این در حالی است که در دهه‌های اخیر استفاده از برنامه‌های تمرینی و فعالیت‌های ورزشی به عنوان مداخله‌ای مؤثر برای بهبود

کیفیت زندگی بیماران سرطانی، توجه دانشمندان را به خود جلب کرده است. برخی مطالعه‌ها نشان می‌دهند که فعالیت‌های ورزشی هوازی، مقادیر اريتروسیت‌ها و به ویژه هموگلوبین افراد را طی دوره درمان و پس از شیمی درمانی بهبود می‌بخشند (۱۴-۱۶). مطالعه‌ها هم چنین بر ارایه پژوهش‌های ورزشی در این حوزه تاکید دارند تا اثر بخشی تمرین‌های ورزشی در بیماران مبتلا به عارضه سرطان خون که تحت پیوند اتولوگ قرار گرفته‌اند، از ابهام خارج شود. پژوهش حاضر با هدف تکمیل اطلاعات پژوهش‌های پیشین در پاسخ به این سؤال انجام شد که آیا فعالیت‌های ورزشی هوازی با شدت متوسط، بر مقادیر اريتروسیت خون بیماران با بدخیمی‌های خونی پس از درمان با شیمی درمانی با دوز بالا و پیوند اتولوگ استم سل محیطی، تاثیر دارد یا خیر؟

مواد و روش‌ها

در یک مطالعه کاربردی و نیمه تجربی، ۲۶ بیمار مبتلا به سرطان خون که در بیمارستان طالقانی جهت درمان با روش پیوند مغز استخوان بستری شده بودند (پس از اخذ رضایت‌نامه کتبی)، مورد بررسی قرار گرفتند. همه این بیماران توانایی راه رفتن بر روی تردمیل را داشتند و دارای سنی بین ۱۸ تا ۶۵ سال و عدم سابقه مشکلات قلبی-عروقی، ریوی، کلیوی و کبدی بودند. بیماران به روش تصادفی ساده به دو گروه تجربی (۱۳ نفر) و کنترل (۱۳ نفر) تقسیم شدند (جدول ۱).

جدول ۱: نوع بیماری و تعداد در هر گروه

نوع بیماری	کنترل	تجربی
لنفوم غیر هوچکین	۳	۴
هوچکین	۶	۲
مولتیپل میلوم	۴	۷

تعداد افراد شرکت‌کننده در این پژوهش در ابتدا ۲۶ نفر (گروه کنترل: ۱۳ نفر و گروه تمرین: ۱۳ نفر) بود. نمونه آزمودنی‌هایی که بیش از ۷۰٪ برنامه‌های تحقیق را اجرا کردند، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند (۱۲ نفر). میانگین سن افراد در گروه کنترل $۱۲/۵۶ \pm ۳۷/۸۳$ سال و در گروه

تمرین $8/87 \pm 44/25$ سال بود. افراد شرکت کننده در هر دو گروه ابتدا شامل ۵ زن و ۸ مرد بودند اما در نهایت گروه تجربی به تعداد ۵ زن و ۷ مرد کاهش یافتند.

جدول ۲: اطلاعات توصیفی آزمودنی ها

متغیر ها	کنترل	تجربی
تعداد	۱۳	۱۲
سن (سال)	$37/83 \pm 12/56$	$44/25 \pm 8/87$
جنس	مرد	۷
	زن	۵

پس از شیمی درمانی با دوز بالا، همه بیماران تحت درمان با روش پیوند سلول های بنیادی خون محیطی اتولوگ قرار گرفتند. افراد گروه تجربی ($n=13$) برنامه تمرین را به شکل زیر روزانه اجرا کردند و بر گروه کنترل ($n=13$) هیچ مداخله ای صورت نگرفت:

طول دوره تمرین ۶ هفته بود که آزمودنی ها هر روز بین ساعت ۸ تا ۱۰ صبح، به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه به تمرین می پرداختند. ۵ دقیقه زمان، در ابتدا و انتهای برنامه تمرین به منظور گرم کردن و سرد کردن در نظر گرفته شد. شدت تمرین هوازی بر روی تردمیل، با شدت ۶۰٪ تا ۷۰٪ ضربان قلب ذخیره بود. ضربان قلب ذخیره آزمودنی ها از فرمول زیر محاسبه شد:

ضربان قلب استراحتی - ضربان قلب بیشینه = ضربان قلب ذخیره

(بر حسب سال) سن - ۲۲۰ = ضربان قلب بیشینه

آزمودنی ها بر روی تردمیل قرار گرفته و با شدتی حدود نصف ضربان قلب هدف شروع به راه رفتن می کردند. سپس به تدریج سرعت حرکت افزایش می یافت تا ضربان قلب آزمودنی ها به ضربان قلب هدف نزدیک می شد. از آن به بعد، آزمودنی ها با سرعت ثابت تا پایان مدت زمان برنامه، برنامه تمرینی مورد نظر را دنبال می کردند. در پایان سرعت به تدریج کم شده و سپس کاملاً متوقف می گردید. در موارد زیر، از تمرین آزمودنی ها جلوگیری می شد: خستگی و ضعف عضلانی، ضربان غیرعادی نبض، درد پا و یا گرفتگی عضلانی، درد استخوان، درد قفسه سینه،

تهوع شدید یا تهوع در هنگام تمرین، استفراغ در طول ۲۴ تا ۳۶ ساعت قبل از ساعت تمرین، گیجی، سرگیجه، تاری دید، ناهماهنگی حرکتی و یا نورپاتی حسی محیطی، تنگی نفس، کاهش ضربان قلب، هموگلوبین کمتر از ۸ گرم بر دسی لیتر خون، تعداد نوتروفیل کمتر از $10^9 \times 0/5$ ، پلاکت کمتر از $10^9 \times 50$ و تب بیشتر از ۳۸ درجه سانتی گراد (۱۴). به علت طولانی شدن مدت روزهای عدم فعالیت یکی از بیماران در گروه تجربی، آن فرد از ادامه شرکت در پژوهش باز ماند و تعداد افراد گروه تمرین به ۱۲ نفر رسید. نمونه خون صبح روز اول شیمی درمانی و روز ترخیص بیمار، به صورت ناشتا گرفته شد. بیماران ۱۴ ساعت قبل از خونگیری، هیچ گونه فعالیت ورزشی انجام نداده بودند. از آزمودنی ها در مراحل پیش آزمون و پس آزمون (۲۴ ساعت بعد از آخرین جلسه تمرین) در شرایط آزمایشگاهی، مقدار ۱۰ میلی لیتر خون سیاهرگی پس از ۵ دقیقه استراحت کامل گرفته شد و میزان هموگلوبین، هماتوکریت و سلول های قرمز آن بررسی گردید.

یافته ها

میانگین تعداد گلبول قرمز در گروه تجربی در روز اول شیمی درمانی با دوز بالا (10^6) $3/69 \pm 0/82$ در میلی متر مکعب بود و پس از اجرای برنامه تمرین، در روز ترخیص به (10^6) $3/46 \pm 0/64$ در میلی متر مکعب کاهش یافت. از طرفی میانگین تعداد RBC در گروه کنترل از (10^6) $4/61 \pm 4/34$ در میلی متر مکعب در روز اول شیمی درمانی با دوز بالا به (10^6) $3/53 \pm 0/53$ در میلی متر مکعب کاهش یافت. اختلاف این کاهش در گروه کنترل نسبت به تجربی معنادار بود ($p=0/026$). کاهش میانگین هموگلوبین نیز در هر دو گروه مشاهده شد. به این ترتیب که در ابتدا میانگین هموگلوبین در گروه تمرین $10/30 \pm 1/71$ گرم بر دسی لیتر خون بوده و هنگام ترخیص به $9/95 \pm 1/25$ رسید و در افراد گروه کنترل از $12/20 \pm 1/54$ گرم بر دسی لیتر به $9/89 \pm 1/31$ گرم بر دسی لیتر کاهش یافت. اختلاف این کاهش در گروه کنترل نسبت به تجربی معنادار بود ($p=0/007$). در مورد هماتوکریت، میانگین میزان هماتوکریت در گروه تمرین از $32/42 \pm 5/12$ درصد به $29/77 \pm 4/17$

جدول ۳: مقایسه میانگین و سطح معناداری متغیرها در دو گروه

متغیرها	گروه‌ها	پیش آزمون	پس آزمون	p
$RBC \times (10^6)$ میلی متر مکعب	تجربی	$3/69 \pm 0/82$	$3/46 \pm 0/64$	0/026
	کنترل	$4/34 \pm 0/61$	$3/53 \pm 0/53$	
Hb (گرم بر دسی لیتر خون)	تجربی	$10/30 \pm 1/71$	$9/95 \pm 1/25$	0/007
	کنترل	$12/20 \pm 1/54$	$9/89 \pm 1/31$	
Hct (درصد)	تجربی	$32/42 \pm 5/12$	$29/77 \pm 4/17$	0/032
	کنترل	$38/23 \pm 4/36$	$30/96 \pm 4/98$	

درصد در هنگام ترخیص و در افراد گروه کنترل از $38/23 \pm 4/36$ درصد به $30/96 \pm 4/98$ درصد کاهش یافت. اختلاف این کاهش در گروه کنترل نسبت به تجربی معنادار بود ($p=0/032$) (جدول ۳).

بحث

در پژوهش‌های متعدد، آثار فعالیت‌های ورزشی بر بیماران مبتلا به سرطان بررسی شده است. یکی از مشکلات متداول پس از پیوند سلول‌های بنیادی خونساز به روش اتولوگ، کاهش مقادیر شاخص‌های سلول‌های قرمز خون از جمله شمارش سلول‌های قرمز، میزان هماتوکریت و هموگلوبین می‌باشد که می‌تواند با عواقب منفی درمان از جمله آنمی، خستگی، افسردگی، کاهش عملکرد جسمانی و کاهش بقای بیمار ارتباط مستقیم داشته باشد (۹-۱۹، ۱۱، ۱۲). پژوهش‌های مختلف، ارتباط میان آنمی و کاهش کیفیت زندگی بیماران مبتلا به سرطان، حین و پس از درمان آن‌ها را معنادار بیان کرده‌اند (۲۵-۲۰). محققان اعلام کرده‌اند که فعالیت ورزشی می‌تواند باعث افزایش شاخص‌های خونی در افراد غیر فعال شود، اما مطالعه‌های بسیار اندکی در زمینه تاثیر فعالیت ورزشی هوازی با شدت متوسط بر مقادیر اريتروسیت خون بیماران سرطانی پس از درمان با شیمی درمانی با دوز بالا و پیوند اتولوگ سلول بنیادی محیطی انجام شده است (۲۶). یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد تمرینات هوازی با شدت متوسط، بر شاخص‌های خونی بیماران مبتلا به سرطان‌های خون پس از پیوند اتولوگ مغز استخوان، تاثیر

معناداری دارد. دیمئو (۱۹۹۷) در مطالعه‌ای بر روی بیمارانی که تحت درمان با شیمی درمانی با دوز بالا و پیوند مغز استخوان قرار گرفته بودند، اندکی پس از ترخیص از بیمارستان، اثرات فعالیت ورزشی هوازی را بررسی کرد (۱۴). نتایج این تحقیق نشان داد غلظت هموگلوبین افرادی که در برنامه تمرینی شرکت کرده بودند، نسبت به بیماران تمرین نکرده، افزایش داشته است که با نتایج پژوهش حاضر همسو می‌باشد. دروین (۲۰۰۶) نیز در مطالعه‌ای اثرات فعالیت ورزشی هوازی بر اريتروسیت‌های خون بیماران مبتلا به سرطان در حین درمان را بررسی کرد. نتایج این تحقیق به صورت افزایش تعداد سلول‌های قرمز، هماتوکریت و هموگلوبین گروه تجربی و کاهش آن‌ها در گروه کنترل بیان شد که با نتایج پژوهش حاضر همسو می‌باشد (۲۷). این داده‌ها پیشنهاد می‌کنند که فعالیت ورزشی ممکن است باعث تولید و آزادسازی فاکتورهای خونسازی شود.

شیمی درمانی با دوز بالا باعث کاهش پلاکت‌های خون می‌شود و در نتیجه افزایش خونریزی‌های داخلی در این بیماران مشاهده می‌شود که این امر می‌تواند یکی از دلایل آنمی شود. در پژوهشی، دیمئو (۱۹۹۷) گزارش کرد که فعالیت‌های ورزشی هوازی در بیماران مبتلا به سرطان تحت پیوند سلول‌های بنیادی محیطی، با کوتاه‌تر شدن دوره ترومبوسیتوپنی ارتباط معناداری دارد (۱۴). این پژوهش بیان می‌کند فعالیت ورزشی هوازی می‌تواند از این طریق به کاهش احتمال ابتلا به آنمی کمک کند. البته بیماران شرکت‌کننده در این پژوهش خونریزی قابل

می‌کنند (۳۲).

هورمون رشد در بیماران مبتلا به آنمی پس از فعالیت ورزشی به طور معناداری افزایش می‌یابد. هورمون رشد به طور مستقیم و یا غیر مستقیم (از طریق فاکتور رشد شبه انسولین) کلونی‌های زاینده اریثروئیدی و میلوئیدی را تحریک می‌کند (۳۳، ۳۴). در بیماران با بیماری‌های مزمن، فعالیت ورزشی با شدت متوسط نیز می‌تواند باعث افزایش هورمون رشد شود. مطالعه‌های بیشتری در زمینه اثرات فعالیت ورزشی بر روی عوامل مختلف در بیماران مبتلا به سرطان نیاز است.

نتیجه‌گیری

با توجه به این که بیماران تحت درمان با شیمی درمانی با دوز بالا و پیوند اتولوگ استم سل محیطی، کاهش شدید شاخص‌های اریثروسیت را تجربه می‌کنند، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که انجام فعالیت‌های ورزشی هوازی با شدت متوسط ممکن است سبب کاهش این افت شدید شاخص‌ها شوند.

تشکر و قدردانی

از همکاری پرسنل محترم بخش پیوند مغز استخوان بیمارستان طالقانی و هم چنین آقای دکتر مهدی تهرایی کمال تشکر و قدردانی را داریم.

ملاحظه‌ای نداشتند و این مطلب نمی‌تواند از دلایل اثرات مثبت فعالیت ورزشی بر آنمی در این مطالعه باشد. این مطلب که فعالیت ورزشی باعث تحریک تولید اریثروپوئین می‌شود، به خوبی شناخته شده است.

عمل خونسازی روندی پیچیده است که تحت تاثیر چندین هورمون، سیتوکین و عوامل رشد قرار دارد. نشان داده شده است که فعالیت ورزشی طولانی مدت و شدید، غلظت چندین سیتوکین و هورمون‌هایی را که اثر تحریکی بر خود تقسیمی، ازدیاد و بالیدگی سلول‌های بنیادی خونساز دارند، تحت تاثیر قرار می‌دهد. غلظت افزایش یافته فاکتور نکروز تومور α ، اینترلوکین β ، اینترلوکین ϵ ، آنتاگونیست گیرنده اینترلوکین و فاکتور تحریک کننده کلنی گرانولوسیت (GCSF)، پس از فعالیت شدید و طولانی مدت مشاهده شده است (۲۸-۳۱). فعالیت ورزشی که ایجادکننده این تغییرات در فعالیت این فاکتورها می‌شود، ممکن است عملکرد مغز استخوان را تحت تاثیر قرار دهد. هر چند مطالعه‌های انجام شده بر روی بیماران با آنمی ایجاد شده در اثر بیماری‌های مزمن (سرطان و نارسایی کلیوی) پیشنهاد می‌کند که فعالیت با شدت متوسط نیز می‌تواند عملکرد خونسازی را تحت تاثیر قرار دهد. از طرفی، فعالیت ورزشی باعث کاهش برخی سیتوکین‌های پیش التهابی در بیماران با بیماری کرونر مزمن می‌شود. سیتوکین‌های پیش التهابی، اثر منفی بر انتقال و متابولیسم آهن دارند که در نتیجه در سنتز هموگلوبین اختلال ایجاد

References :

- 1- Ferlay F, Bray P, Perkin D. Cancer incidence, mortality and prevalence worldwide. CancerBase 2005; 16(3): 481-8.
- 2- Jemal A, Jiwari RC, Murray T, Ghafoor A, Samuels A, Ward E, et al. Cancer statistics, 2004. CA Cancer J Clin 2004; 54(1): 8-29.
- 3- Devenport M, Lorena MJ. The peritrophic matrix of hematophagous insects. In: Phillips J, Murray PG, Kirk P, editors. Biology of disease vectors. Second ed. New York: Elsevier Academic Press; 2001. p. 289-97.
- 4- Hasse JM, Blue LS, editors. Comprehensive guide to transplant nutrition. Chicago, IL: American Dietetic Association; 2008. Chapter 7.
- 5- Antiangiogenesis: the prevention of new blood vessels as a strategy for treating cancer. In: Dollinger M, Rosenbaum EH, Tempero M, Mulvihili S. Everyone's guide to cancer therapy: How Cancer Is Diagnosed, Treated, and Managed Day to Day. 4th ed. Kansas City, Missouri: Andrews McMeel Publishing; 2002. Chapter 15. p. 113-8.
- 6- Caro JJ, Salas M, Ward A, Goss G. Anemia as an independent prognostic factor for survival in patients with cancer : a systemic, quantitative review. Cancer 2001; 91(12): 2214-21.
- 7- Van Belle SJ, Cocquyt V. Impact of hemoglobin levels on the outcome of cancers treated with chemotherapy. Crit Rev Oncol Hematol 2003; 47(1): 1-11.
- 8- Labourey JL. Physical activity in the management of cancer-related fatigue induced by oncological treatments. Ann Readapt Med Phys 2007; 50(6): 450-4.
- 9- Dicato M. Anemia in cancer: some physiological aspects. Oncologist 2003; 8 Suppl 1: 19-21.
- 10- Krzakowski M; DYNEPO Oncology Study Group. Epoetin delta: efficacy in the treatment of anemia in

- cancer patients receiving chemotherapy. *Clin Oncol (R Coll Radiol)* 2008; 20(9): 705-13.
- 11- Bohlius J, Schmidlin K, Brillant C, Schwarzer G, Trelle S, Seidenfeld J, *et al.* Recombinant human erythropoiesis-stimulating agents and mortality in patients with cancer: a meta-analysis of randomised trials. *Lancet* 2009; 373(9674): 1532-42.
 - 12- Bokemeyer C, Aapro MS, Courdi A, Foubert J, Link H, Osterborg A, *et al.* EORTC guidelines for the use of erythropoietic proteins in anaemic patients with cancer: 2006 update. *Eur J Cancer* 2007; 43(2): 258-70.
 - 13- Watson T, Mock V. Exercise as an intervention for cancer-related fatigue. *Phys Ther* 2004; 84(8): 736-43.
 - 14- Dimeo FC, Tilmann MH, Bertz H, Kanz L, Mertelsmann R, Keul J. Aerobic exercise in the rehabilitation of cancer patients after high dose chemotherapy and autologous peripheral stem cell transplantation. *Cancer* 1997; 79(9): 1717-22.
 - 15- Coleman EA, Coon SK, Kennedy RL, Lockhart KD, Stewart CB, Anaissie EJ, *et al.* Effects of exercise in combination with epoetin alfa during high-dose chemotherapy and autologous peripheral blood stem cell transplantation for multiple myeloma. *Oncol Nurs Forum* 2008; 35(3): E53-61.
 - 16- Wehrlin JP, Zuest P, Hallén J, Marti B. Live high-train low for 24 days Increases hemoglobin mass and red cell volume in elite endurance athletes. *J Appl Physiol* 2006; 100(6): 1938-45.
 - 17- Courneya KS, Jones LW, Peddle CJ, Sellar CM, Reiman T, Joy AA, *et al.* Effects of aerobic exercise training in anemic cancer patients receiving Darbepoetin Alfa: A randomized controlled trial. *Oncologist* 2008; 13(9): 1012-20.
 - 18- Cella D, Viswanathan HN, Hays RD, Mendoza TR, Stein KD, Pasta DJ, *et al.* Development of fatigue and functional impact scale in anemic cancer patients receiving chemotherapy. *Cancer* 2008; 113(6): 1480-8.
 - 19- Ludwig H, Aapro M, Bokemeyer C, Macdonald K, Soubeyran P, Turner M, *et al.* Treatment patterns and outcomes in the management of anemia in cancer patients in Europe: findings from the Anaemia Cancer Treatment (ACT) study. *Eur J Cancer* 2009; 45(9): 1603-15.
 - 20- Dimeo F, Schwartz S, Wesel N, Voigt A, Thiel E. Effects of an endurance and resistance exercise program on persistent cancer-related fatigue after treatment. *Ann Oncol* 2008; 19(8): 1495-9.
 - 21- Puglisi F, Deroma L, Russo S, Carteni G, Sporchia A, Ucci G, *et al.* Effect of age on hemoglobin levels and quality of life following treatment with epoetin alfa in cancer patients. *Crit Rev Oncol Hematol* 2009; 69(2): 175-82.
 - 22- Crawford J, Cella D, Cleeland CS, Cremieux PY, Demetri GD, Sarokhan BJ, *et al.* Relationship between changes in hemoglobin level and quality of life during chemotherapy in anemic cancer patient receiving epoetin alfa therapy. *Cancer* 2002; 95(4): 888-95.
 - 23- Cunningham RS. Anemia in the oncology patient: cognitive function and cancer. *Cancer Nurse* 2003; 26(6 Suppl): 38S-42S.
 - 24- Biesma B, van de Werf PR, Melissant CF, Brok RG. Anemia management with epoetin alfa in lung cancer patients in The Netherlands. *Lung Cancer* 2007; 58(1): 104-11.
 - 25- Kourea K, Parissis JT, Farmakis D, Panou F, Paraskevaidis I, Venetsanou K, *et al.* Effects of darbepoetin-alpha on plasma pro-inflammatory cytokines, anti-inflammatory cytokine interleukin-10 and soluble Fas/Fas ligand system in anemic patients with chronic heart failure. *Atherosclerosis* 2008; 199(21): 215-21.
 - 26- Weight LM, Byrne MJ, Jacobs P. Hemolytic effects of exercise. *Clin Sci (Lond)* 1991; 81(2): 147-52.
 - 27- Doroin JS, Young TJ, Beeler J, Byrne K, Birk TJ, Hryniuk WM, *et al.* Random control clinical trial on the effects of aerobic exercise training on erythrocyte levels during radiation treatment for breast cancer. *Cancer* 2006; 107(10): 2490-5.
 - 28- Smith LL, Anwar A, Fragen M, Rananto C, Johnson R, Holbert D. Cytokine and cell adhesion molecules associated with high-intensity eccentric exercise. *Eur J Appl Physiol* 2000; 82(1-2): 61-7.
 - 29- Schobersberger W, Hobisch-Hagen P, Fries D, Wiedermann F, Rieder-Scharinger J, Villiger B, *et al.* Increase in immune activation, vascular endothelial growth factor and erythropoietin after an ultramarathon run at moderate altitude. *Immunobiology* 2000; 201(5): 611-20.
 - 30- Pedersen BK, Steensberg A, Schjerling P. Exercise and interleukin-6. *Curr Opin Hematol* 2001; 8(3): 137-41.
 - 31- Pedersen BK, Ostrowski K, Rohde T, Bruunsgaard H. The cytokine response to strenuous exercise. *Can J Physiol Pharmacol* 1998; 76(5): 505-11.
 - 32- Adamopoulos S, Parissis J, Kroupis C, Georgiadis M, Karatzas D, Karavolias G, *et al.* Physical training reduces peripheral markers of inflammation in patients with chronic heart failure. *Eur Heart J* 2001; 22(9): 791-7.
 - 33- Tian Z, Woody M, Sun R, Welniak LA, Raziuddin A, Funakoshi S, *et al.* Recombinant human growth hormone promotes hematopoietic reconstitution after syngeneic bone marrow transplantation in mice. *Stem Cells* 1998; 16(3): 193-9.
 - 34- Murphy WJ, Tsarfaty G, Longo DL. Growth hormone exerts hematopoietic growth promoting effects *in vivo* and partially counteracts the myelosuppressive effects of azidothymidine. *Blood* 1992; 80(6): 1443-7.

Original Article

The effects of aerobic exercise on erythrocyte indices in cancer patients after autologous hematopoietic stem cell transplantation

Rezaee Seraji B.¹, Ravasi AA.¹, Hajifathali A.², Soori R.¹, Mahdizadeh M.², Amini M.³

¹Faculty of Physical Education & Sport Sciences, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

²Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran

³Taleghani Hospital, Tehran, Iran

Abstract

Background and Objectives

Anemia is one of the most common problems in cancer patients. There is a strong correlation between hemoglobin levels and fatigue and quality of life in these patients. The purpose of this study was to determine the effects of aerobic exercise on erythrocyte indices in cancer patients after autologous hematopoietic stem cell transplantation.

Materials and Methods

In this applied and quasi experimental study, we evaluated thirteen transplant patients and compared them to an age and sex-matched control group (n=13). The intensity of cardio training was 60-70% of maximum heart rate for 4-6 weeks, 20-30 minutes each day. The variables of this study were RBC, Hct and Hb levels. The blood sample was taken in the first and last day of hospitalization.

Results

The results of this study showed that aerobic exercise has significant effects on RBC (p=0.026), Hct (p=0.032) and Hb (p=0.007) levels in cancer patients after autologous hematopoietic stem cell transplantation.

Conclusions

These findings suggest that aerobic exercise may lead to an increased production of hematopoietic factors in cancer patients after autologous hematopoietic stem cell transplantation.

Key words: Aerobic Exercise, Erythrocyte Indices, Autologous Transplantation, Hematopoietic Stem Cell

Received: 8 Jun 2011

Accepted: 2 Nov 2011

Correspondence: Rezaee Seraji B., MS of Sport Physiology, Tehran University of Medical Sciences
P.O.Box:14398-13117, Tehran, Iran. Tel: (+9821)88351741; Fax: (+9821)88351741
E-mail: brezaee1359@yahoo.com