

Konkurrenceforberedelses netværket: Betydningen af p-piller for restitutionsevnen efter gentagende intenst arbejde i trænede kvinder

Institution

Institut for Folkesundhed, Aarhus Universitet.

Brødtekst:

Team Danmark PoC

Majke Jørgensen, majo@teamd danmark.dk

Hovedvejledere

Hovedvejleder:

Mette Hansen, Lektor

mhan@ph.au.dk

Projektmedarbejdere, estimeret omfang

PhD-studerende Mikkel Oxfeldt, cand.scient., mox@ph.au.dk, 3 år.

Projektperiode

01-10-2020 til 01-10-2022

Projekt-resume

Omkring halvdelen af unge kvindelige atleter bruger p-piller. I nogle få tidligere studier er observeret, at utrænede p-pille-brugere er langsommere til at genvinde muskelstyrken efter meget intenst muskelarbejde sammenlignet med ikke-brugere af p-piller. Yderligere er der vist en højere koncentration af en markør for muskelskade (kreatinkinase) i p-pille-brugere efter muskelarbejde, sammenlignet med ikke-brugere. Der er fortsat ingen, som har undersøgt, hvordan p-pille brug påvirker restitutionen og dermed præstationsevnen i trænede kvinder efter gentagne højintense træningspas, hvilket er virkeligheden for mange atleter. Hertil har tidligere studier ikke kontrolleret for p-pille typen. Dette er relevant, da der findes mange forskellige typer af p-piller. I Danmark bruger omkring 80% af p-pille-brugerne 2. generations p-piller i overensstemmelse med anvisning fra Sundhedsstyrelsen.

Dette projekt har til formål at undersøge, hvilken betydning brug af 2. generations p-piller har for restitutionsevnen efter gentaget intenst muskelarbejde i trænede kvinder.

Projektet er designet som et kontrolleret kohortestudie, hvor 20 p-pille brugere vil blive sammenlignet med 20 ikke-brugere. Grupperne vil blive matchet på baggrund af deres træningstilstand (træningstimer per uge, varighed, intensitet og type). Efter indledende forundersøgelse og tilvænning til testprocedurerne vil forsøgspersonerne starte interventionen i uge 2 af deres menstruationscyklus / aktive p-pille cyklus. Før og hhv. 3, 24 og 48 timer efter tre intense styrketræningspas udført over 1½ døgn, vil der blive taget blodprøver, målt muskelømhed og udført præstationstests. Dagen forinden første træningspas og hen over de fire forsøgsg dage vil forsøgspersonerne modtage en standardiseret diæt. Den primære måleparameter er ændring i maksimal muskelstyrke.