پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

اثر کوتاه مدت تمرینات ثبات دهنده بر تغییر فعالیت عضلانی، شاخص های ثباتی بیودکس و تغییر انحنای کمر در مردانی با کمردرد مزمن غیراختصاصی در یک فعالیت فانکشنال

چکیده پروتکل

چکیده

هدف این مطالعه بررسي اثرات کوتاه مدت تمرین "داخل کشیدن شکم (AH) " و تمرین" انقباض همزمان عضلات شکم (AB)" بر روی پارامتر های سیستم تعادلی بیودکس، فعالیت الکترومیوگرافی عضلات شکمی و پشتی، و انحنای کمری در مردان مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی بود. بیست مرد مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی و 10 بیمار جور شده با آنها به عنوان گروه کنترل وارد مطالعه شدند. افراد ابتدا در یک جلسه "آشناسازی" حداقل یک روز قبل از جلسه ثبت داده ها، با تجهیزات مورد استفاده در مطالعه و عضلات، آشنا می شدند. سپس افراد گروه مورد با روش متقاطع و با فاصله یک هفته جهت محو اثر تمرین در یک جلسه مجزا، هر کدام از تمرینات را انجام دادند. قبل و بلافاصله بعد از تمرینات، فعالیت الکترومیوگرافی عضلات، انحنای کمر، شاخص های ثباتی و محدوده ثباتی پویا توسط سیستم تعادلی بیودکس اندازه گرفته می شدند.

اطلاعات عمومی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT138711151637N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2010-12-11, ۱۳۸۹/۰۹/۲۰**

زمان‌بندی ثبت: **retrospective**

آخرین بروز رسانی:

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2010-12-11, ۱۳۸۹/۰۹/۲۰

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

صدیقه کهریزی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه تربیت مدرس تهران

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 21 8288 4511

آدرس ایمیل

kahrizis@modares.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

دانشگاه تربیت مدرس

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2009-01-20, ۱۳۸۷/۱۱/۰۱

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2009-08-06, ۱۳۸۸/۰۵/۱۵

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

اثر کوتاه مدت تمرینات ثبات دهنده بر تغییر فعالیت عضلانی، شاخص های ثباتی بیودکس و تغییر انحنای کمر در مردانی با کمردرد مزمن غیراختصاصی در یک فعالیت فانکشنال

عنوان عمومی کارآزمایی

اثر تمرینات ثبات دهنده بربیماران مبتلا به کمر درد

هدف اصلی مطالعه

درمانی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

معیار های ورود: سن 35- 25 سال، نداشتن سابقه انجام تمرین درمانی (به خصوص در ناحیه شکمی) و ورزش حرفه ای، نداشتن ضخامت چین پوستی ناحیه شکم بیشتر از 25 میلیمتر معیار های: داشتن سابقه مشکلات بزرگ قلبی-عروقی، تنفسی و مشکلات نورولوژیکال، دا شتن درد رادیکولار در یک یا هردو پا، تشدید علایم یا درد بیمار با پروسه آزمایش، سابقه انجام جراحی های بزرگ ستون فقرات، مصرف داروهای افسردگی در یک ماه گذشته، اعتیاد به مواد مخدر و الکل

سن

از سن **25 ساله** تا سن **35 ساله**

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **30**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
کور سازی (به نظر محقق)
یک سویه کور
توصیف نحوه کور سازی
دارو نما
ندارد
اختصاص به گروه‌های مطالعه
متقاطع
سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق
نام کمیته اخلاق
دانشگاه تربیت مدرس
آدرس خیابان
تهران، بزرگراه جلال آل احمد، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم پزشکی دفتر کمیته اخلاق پزشکی دانشگاه تربیت مدرس
شهر
تهران
کد پستی
1411713116
تاریخ تایید
2008-04-11, ۱۳۸۷/۰۱/۲۳
کد کمیته اخلاق
82852.150

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
کمردرد مزمن غیراختصاصی
کد ICD-10
M40.4 ,M40
توصیف کد ICD-10
Kyphosis and lordosis, Other deforming dorsopathies, Other intervertebral disc disorders, Other dorsopathies, not elsewhere classified, Dorsalgia

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
فعالیت الکترومیوگرافی عضلات کمر و شکم
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و بلافاصله بعد از مطالعه
نحوه اندازه‌گیری متغیر
فعالیت الکترومیوگرافی عضلات با دستگاه الکترومیوگرافی و با معیار Root Mean Square (RMS) و شدت فعالیت عضلات بر حسب میکروولت

2

شرح متغیر پیامد
انحناي كمر
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و بلافاصله بعد از مطالعه
نحوه اندازه‌گیری متغیر
توسط دستگاه انحراف سنج و بر حسب درجه

3

شرح متغیر پیامد
شاخص های پایداري بیودکس
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و بلافاصله بعد از مطالعه
نحوه اندازه‌گیری متغیر
توسط دستگاه بیودکس و بر حسب معیارهاي سیستم در سطوح مختلف قدامي-خلفي، طرفي ومحدوده ي ثباتي

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
مداخله اول: آموزش تمرین " تو بردن شکم. فرد در حالت خوابیده به پشت با پاهای خم شده از زانو وهیپ، قرار گرفته و بر طبق اصول ریچاردسون، تکنیک انقباض ایزوله و اختصاصی عضله عرضی شکم آموزش داده می شد. آموزش تا جایی ادامه پیدا می کرد که مربض کاملا انقباض را یاد می گرفت. به فرد گفته می شد که سعی کند ناف را به سمت داخل (ستون فقرات) و بالا بکشد (با کمتر از 10 درصد حداکثر فعالیت ارادی عضلات شکم). وقتی انقباض ایده ال عضله عرضی شکم به دست می آمد، (بهترین فعالیت آن با حداقل فعالیت عضلات دیگر) از بیماران خواسته می شود تا انقباض را همراه با حفظ تنفس نگه دارند و نفس خود را حبس نکنند . از بیوفید بک فشاری برای کنترل انقباض استفاده شد. 3 تا set با 10 تکرار و حفظ هر تکرار به مدت 10 ثانیه با 2 دقیقه استراحت بین هر set هدف نهایی بود. مدت آموزش، بستگی به یادگیری صحیح تمرین داشت و در بیماران، مختلف بود.
طبقه بندی
توانبخشی

2

شرح مداخله
مداخله دوم : آموزش تمرین " هم انقباضی عضلات شکم " این مانور به این صورت آموزش داده می شد: ابتدا یک پوزیشن نوتر کمر (لوردوز خفیف) بیمارجستجومی شد و سپس بیمارباید عضلات را در 360 درجه حول ستون فقرات کمر سفت می کرد . طوری که گویا کسی به کمربیمارفشار می دهد ولی او مقاومت می کند و در عین حال باید تنفس نرمال داشته باشد، ابتدا درمانگر با دستان خود به بیمار فیدبک تماسی می داد. و پس از یادگیری ، بیمار خود این کار را انجام می داد، در این تمرین از بیوفیدبک فشاری برای کنترل انقباض صحیح استفده

می شد. بیمار باید به مرحله ای مي رسید که بتواند این کار را همزمان با تنفس نرمال انجام دهد و حدود 10 ثانیه این حالت را حفظ کند. این تمرین ، در حالت خوابیده مانند مداخله اول انجام شد .سه(3)ست با 10 تکرار وحفظ هر تکرار به مدت 10 ثانیه با 2 دقیقه استراحت بین هر ست هدف نهايي بود.

طبقه بندی
توانبخشی

3

شرح مداخله
گروه کنترل: برای افراد این گروه، مداخله ای انجام نمی شد و زمانی معادل با میانگین مدت زمان آموزش تمرینات در گروه مورد، به آنان وقت استراحت داده می شد.

طبقه بندی
توانبخشی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشگاه تربیت مدرس
نام کامل فرد مسوول
زهرا یعقوبی
آدرس خیابان
تهران، دانشگاه تربیت مدرس، خوابگاه قدس 1، واحد 6
شهر
تهران

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تربیت مدرس -معاونت پژوهشي دانشكده پزشكي
نام کامل فرد مسوول
دکتر سید محمد فیروز آبادي پور میر جعفري
آدرس خیابان
تهران، دانشگاه تربیت مدرس، معاونت پژوهشي، دانشكده پژوهشي
شهر
تهران
ردیف بودجه
(Research Division of Tarbiat Modarres University (T.M.U
کد بودجه
Masters Thesis
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه تربیت مدرس -معاونت پژوهشي دانشكده پزشكي
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع
100
بخش عمومی یا خصوصی
خالی
مبدا اعتبار از داخل یا خارج کشور
خالی
طبقه بندی منابع اعتبار خارجی
خالی
کشور مبدا
طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار
خالی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تربیت مدرس
نام کامل فرد مسوول
دکتر صدیقه کهریزی
موقعیت شغلی
دکتری تخصصی فیزیوتراپی، استادیار دانشگاه تربیت مدرس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
تهران، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم پزشکی ، گروه فیزیوتراپی
شهر
تهران
کد پستی
14117113116
تلفن
+98 21 8288 4511
فکس
ایمیل
kahrizis@modares.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تربیت مدرس
نام کامل فرد مسوول
دکتر صدیقه کهریزی
موقعیت شغلی
دکتری تخصصی فیزیوتراپی، استادیار دانشگاه تربیت مدرس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
تهران، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم پزشکی، گروه فیزیوتراپی
شهر
تهران
کد پستی
1411713116
تلفن
+98 21 8288 4511
فکس
ایمیل
kahrizis@modares.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تربیت مدرس
نام کامل فرد مسوول
دکتر صدیقه کهریزی
موقعیت شغلی
دکتری تخصصی فیزیوتراپی، استادیار دانشگاه تربیت مدرس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان

تهران، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم پزشکی، گروه فیزیوتراپی
شهر
تهران
کد پستی
1411713116
تلفن
+98 21 8288 4511
فکس
+98 21 8800 6544
ایمیل
kahrizis@modares.ac.ir
آدرس صفحه وب
www.modares@ac.ir

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
خالی
پروتکل مطالعه
خالی
نقشه آنالیز آماری
خالی
فرم رضایتنامه آگاهانه
خالی
گزارش مطالعه بالینی
خالی
کدهای استفاده شده در آنالیز
خالی
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
خالی