

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۹

## تأثیر شش هفته تمرینات تعادلی بر ویژگی های کینماتیک راه رفتن در زنان سالمند

### چکیده پروتکل

#### چکیده

هدف از این تحقیق بررسی تأثیر شش هفته تمرینات تعادلی بر برخی ویژگی های کینماتیک راه رفتن در زنان سالمند بود. بدین منظور 20 زن سالمند که تعادل ایستا (بوسیله آزمون مقیاس برگ) و تعادل پویا (آزمون برخاستن و رفتن) آنها در حد استاندارد تحقیق بودند، به صورت داوطلبانه در این تحقیق شرکت نمودند. آزمودنیها بصورت تصادفی به دو گروه ده نفری کنترل و تمرین تقسیم شدند. معیارهای ورود شرکت کنندگان در تحقیق نداشتن بیماری اثرگذار بر راه رفتن مانند مشکلات ارتوپدیک، قلبی عروقی، عصب شناختی و بصری و عدم منع انجام فعالیت ورزشی توسط پزشک بود. معیار خروج، عدم شرکت منظم آزمودنی ها در تمرین، بیماری و فوت آنها محسوب می شد. سپس از آزمودنی های هر دو گروه يك آزمون مشابه پیاده روی، در طی دو جلسه پیش و پس آزمون به فاصله شش هفته از هم گرفته شد. گروه تمرین در طول این مدت به طور منظم هفته ای 3 جلسه، و در مجموع 18 جلسه تمرینات تعادلی به منظور درگیر کردن سیستم های حسی پیکری، بینایی و دهلیزی از جمله (پريدن از گودال، راه رفتن هشت انگلیسی، عبور از مانع، راه رفتن با پاشنه پا و ...) را انجام دادند در صورتیکه گروه کنترل فعالیت طبیعی و روزمره خود را دنبال می کردند. پیامد تحقیق بهبود طول و عرض گام، سرعت گام برداری و زمان اتکای دوگانه که در واقع این عوامل امکان پیش بینی افتادن را در سالمندان بیان می کند.

#### کشور

جمهوری اسلامی ایران

#### تلفن

4440 2522 45 98+

#### آدرس ایمیل

saharmohammadzadeh@gmail.com

#### وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

#### منبع مالی

شخص محقق و دانشکده تربیت بدنی دانشگاه شهید بهشتی

#### تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2012-05-21, ۱۳۹۱/۰۳/۰۱

#### تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2012-05-30, ۱۳۹۱/۰۳/۱۰

#### تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

#### عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر شش هفته تمرینات تعادلی بر ویژگی های کینماتیک راه رفتن در زنان سالمند

#### عنوان عمومی کارآزمایی

اثر تمرینات تعادلی بر راه رفتن

#### هدف اصلی مطالعه

موارد دیگر

#### شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

(معیار ورود: فاقد بیماری اثرگذار بر راه رفتن از قبیل: دیابت پلی متری؛ پارکینسون؛ ام اس؛ آلزایمر؛ نروپاتی در نتیجه دیابت؛ افسردگی شدید؛ سکتة مغزی؛ خستگی استخوان یا شکستگی در اندام تحتانی؛ اعتیاد به مواد مخدر؛ جراحی اندام؛ قطع عضو در نتیجه تصادف؛ داروهای روان گردان؛ سرگیجه مداوم؛ مشکلات قلبی عروقی؛ بیماریهای عصبی؛ تومور سر؛ اختلال های مفصل؛ ارتوپدیک معیار خروج: عدم شرکت منظم و همکاری در تمرین؛ بیماری و فوت شرکت کنندگان)

#### سن

از سن 60 ساله تا سن 75 ساله

#### جنسیت

### اطلاعات عمومی

#### نام اختصاری

#### اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT2013061513672N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 14-12-2013, ۱۳۹۲/۰۹/۲۳

زمان بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی:

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

14-12-2013, ۱۳۹۲/۰۹/۲۳

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

#### نام

سحر محمدزاده

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید بهشتی

## متغیر پیامد ثانویه

### فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 20

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

### 1

شرح متغیر پیامد

تعادل

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از مداخله شش هفته بعد از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

دستگاه تعادل سنج بایودکس

### 2

شرح متغیر پیامد

کینماتیک راه رفتن با تکلیف ثانویه

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از مداخله شش هفته بعد از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

دستگاه تحلیل حرکت با 8 دوربین مادون قرمز

### 3

شرح متغیر پیامد

کینماتیک راه رفتن به هنگام عبور از مانع

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از مداخله شش هفته بعد از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

دستگاه تحلیل حرکت با 8 دوربین مادون قرمز

### 4

شرح متغیر پیامد

کینماتیک راه رفتن در تاریکی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از مداخله شش هفته بعد از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

دستگاه تحلیل حرکت با 8 دوربین مادون قرمز

## گروه‌های مداخله

### 1

شرح مداخله

تمرینات تعادلی در گروه مداخله: 1-پربیدن از گودال 2-عبور از مانع 3-نوسان دادن بازو در حالت نشسته 4- راه رفتن با نوسان بازوی 5- ایستادن روی پنجه 6-راه رفتن روی پنجه پاها 7- راه رفتن روی پاشنه پا 8- راه رفتن در حالت تماس پاشنه یک پا با پنجه پای دیگر(حالت گردو شکسته) 9- راه رفتن با چشم بسته 10 - راه رفتن در یک مسیر مشخص با خیره شدم به یک تصویر ( 11-دسترسی 12- نوسان دادن یک پا 13-بالا رفتن بر روی استپ با پای برتر و به راحتی پایین آمدن 14-بلند شدن از صندلی و راه رفتن یک مسیر 4 متری و برداشتن شی 15- تمرین نشستن به ایستادن و ایستادن به نشستن 16-راه رفتن در یک مسیر مانع دار به شکل 8 انگلیسی با قرار دادن دو صندلی 17- چرخش سر در حالت نشسته روی صندلی 18- تمرین با توپ جیم بال روی دیوار 19- کشش اساسی پشت بر روی توپ جیم بال 20- بلند شدن و حرکت به جلو با توپ جیم بال 21 - گذاشتن پای برتر روی استپ برنامه مداخله به مدت شش هفته هر هفته سه جلسه به مدت یک ساعت (تمرینات ایستا به مدت 10 ثانیه و یا با ده تکرار و تمرینات پویا راه رفتن 12بار مسیر شش متری را 4 بار با نگاه کردن به هدف بینایی و 4 بار با تکلیف دوگانه شمارش اعداد) و 4 بار با چشم بسته

طبقه بندی

غیره

## کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

## تاییدیه کمیته‌های اخلاق

### 1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

دانشگاه شهید بهشتی

آدرس خیابان

ولنجک بلوار دانشجو دانشگاه شهید بهشتی

شهر

تهران

کد پستی

تاریخ تایید

2011-02-20, 1389/12/01

کد کمیته اخلاق

12929

## بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

### 1

شرح

سالمندان

کد ICD-10

Z72.3

توصیف کد ICD-10

Lack of physical exercise

## متغیر پیامد اولیه

### 1

شرح متغیر پیامد

کینماتیک راه رفتن

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از مداخله، شش هفته بعد از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

دستگاه تحلیل حرکت با 8 دوربین (motion analysis)

**شرح مداخله**

گروه کنترل بدون هر گونه تمرین و فعالیت بدنی  
طبقه بندی  
غیره

**مراکز بیمار گیری****مرکز بیمار گیری**

نام مرکز بیمار گیری  
سرای محله ولنچک  
نام کامل فرد مسوول  
خانم فقیهی  
آدرس خیابان

تهران، ولنچک، میدان یاسمن، بوستان نگین، سرای محله ولنچک  
شهر  
تهران

**حمایت کنندگان / منابع مالی****حمایت کننده مالی**

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه شهید بهشتی  
نام کامل فرد مسوول  
فریبرز هوانلو  
آدرس خیابان

تهران، ولنچک، بلوار دانشجو، دانشگاه شهید بهشتی  
شهر  
تهران

**ردیف بودجه****کد بودجه**

آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟  
بلی

**عنوان منبع مالی**

دانشگاه شهید بهشتی

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 شهید بهشتی  
نام کامل فرد مسوول  
سحر محمدزاده  
موقعیت شغلی

کارشناس ارشد رفتار حرکتی  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

**آدرس خیابان**

ولنجک بلوار دانشجو دانشگاه شهید بهشتی

**شهر**

تهران

**کد پستی****تلفن**

4440 2522 45 98+

**فکس****ایمیل**

Smohammadzadeh65@gmail.com,  
Saharmohammadzadeh@ymail.com

**آدرس صفحه وب****فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه****اطلاعات تماس****نام سازمان / نهاد**

دانشگاه شهید بهشتی

**نام کامل فرد مسوول**

دکتر علیرضا فارسی

**موقعیت شغلی**

دکترا

**سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها****آدرس خیابان**

ولنجک بلوار دانشجو دانشگاه شهید بهشتی

**شهر**

تهران

**کد پستی****تلفن**

2903 2990 21 98+

**فکس****ایمیل**

A.farsi@sbu.ac.ir, saharmohammadzadeh@ymail.com

**آدرس صفحه وب****فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات****اطلاعات تماس****نام سازمان / نهاد**

دانشگاه شهید بهشتی

**نام کامل فرد مسوول**

سحر محمدزاده

**موقعیت شغلی**

کارشناس ارشد رفتار حرکتی

**سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها****آدرس خیابان**

مشگین شهر خ شهید محمدحسینی پلاک 18

**شهر**

مشگین شهر

**کد پستی****تلفن**

4440 2522 45 98+

**فکس****ایمیل**

Saharmohammadzadeh@ymail.com

**آدرس صفحه وب****برنامه انتشار**

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

خالی

پروتکل مطالعه

خالی  
کدهای استفاده شده در آنالیز  
خالی  
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)  
خالی

خالی  
نقشه آنالیز آماری  
خالی  
فرم رضایتنامه آگاهانه  
خالی  
گزارش مطالعه بالینی