پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۶/۲۸

تاثیر ۸ هفته تمرین موازی (تداومی و تناوبی زیر بیشینه) و HIT شنا بر تغییرات سطوح سرمی اُمنتین -۱، چمرین وvo2max مردان جوان دارای اضافه وزن

چکیده پروتکل

چکیده

هدف پژوهش حاضر مقایسه تاثیر۸هفته تمرین موازی (تداومی و تناوبی زیر بیشینه) و تمرینات با شدت بالا شنا، بر تغییرات سطوح سرمی اُمنتین-۱، چمرین و حداکثر اکسیژن مصرفی مردان جوان دارای اضافه وزن بود. نمونۀ آماری24نفردانشجوی مرد با دامنه سنی24-18سال با شاخص تودۀ بدنی بیشتر از25بود. معیارهای ورود شامل: داشتن نمایۀ تودۀ بدنی بیشتر از25، که در معرض اضافه وزن و چاقی قرار داشتند؛ آشنایی با مهارت شنای کرال سینه (بدون سابقه قهرمانی)؛ توانایی اجرای پروتکل تمرینی. و معیارهای خروج شامل: داشتن پیشینۀ بیماري‌هاي قلبي و عروقي؛ فشارخون بالا؛ دیابت؛ بیماري‌هاي کليوي؛ کبدي؛ اعتیاد به هرگونه ماده‌ي مخدر؛ سیگار؛ مصرف الکل و قلیان؛ مصرف هر نوع مادۀ دارویی. آزمودنی‌های گروه (الف) ۸ هفته تمرین شنا را با شدت۶۰درصد تا ۶۷درصد ضربان قلب ذخیره و گروه (ب) نیز ۸هفته تمرین شنا را که شامل وهله‌های شدید شنا بود، با شدت۸۰درصد تا۹۰درصد حداکثر ضربان قلب، انجام دادند. پیش از تمرین و۲۴ساعت بعد از 8هفته از انجام تمرینات، ۵ سی‌سی خون از ورید مدین آزمودنی‌ها گرفته شد و مقادیر سطوح خونی اُمنتین-۱ و سطوح چمرین خون و نیز میزان وزن، نمایۀ تودۀ بدنی، نسبت دور کمر به باسن و درصد چربی و ماکزیمم اکسیژن مصرفی اندازه‌گیری شد.

اطلاعات عمومی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT2017090823612N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2017-11-14, ۱۳۹۶/۰۸/۲۳**

زمان‌بندی ثبت: **retrospective**

آخرین بروز رسانی:

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2017-11-14, ۱۳۹۶/۰۸/۲۳

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

محمد علی سمواتی شریف

نام سازمان / نهاد

دانشگاه بوعلی سینا

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 81 3838 1423

آدرس ایمیل

m-samavati@basu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

دانشگاه بوعلی سینا

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2016-06-16, ۱۳۹۵/۰۳/۲۷

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2016-07-20, ۱۳۹۵/۰۴/۳۰

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تاثیر ۸ هفته تمرین موازی (تداومی و تناوبی زیر بیشینه) و HIT شنا بر تغییرات سطوح سرمی اُمنتین -۱، چمرین وvo2max مردان جوان دارای اضافه وزن

عنوان عمومی کارآزمایی

اثر تمرینات شنا بر متغیرهای اضافه وزن

هدف اصلی مطالعه

تحقیقات در سیستم ارایه خدمات سلامت

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

معیارهای ورود: دارای نمایۀ تودۀ بدنی بیشتر از 25 که در معرض اضافه وزن و چاقی قرار داشتند؛ آشنایی داشتن با مهارت شنای کرال سینه (بدون سابقه قهرمانی)؛ توانایی اجرای پروتکل تمرینی. معیارهای خروج: دارای پیشینۀ بیماري‌هاي قلبي و عروقي؛ فشارخون بالا؛ دیابت؛ بیماري‌هاي کليوي؛ کبدي؛ اعتیاد به هرگونه ماده‌ي مخدر؛ سیگار؛ مصرف الکل و قلیان؛ مصرف هر نوع مادۀ دارویی.

سن

از سن **18 ساله** تا سن **24 ساله**

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **24**
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

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق
نام کمیته اخلاق
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان
آدرس خیابان
همدان، بلوار شهید فهمیده دانشگاه علوم پزشکی، معاونت تحقیقات و فناوری، کمیته اخلاق در پژوهش
شهر
همدان
کد پستی
65178
تاریخ تایید
2016-06-16, ۱۳۹۵/۰۳/۲۷
کد کمیته اخلاق
IR.UMSHA.REC.1395.141

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
اضافه وزن
کد ICD-10
E66.9
توصیف کد ICD-10
Obesity, unspecified

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
امنتین-1 سرمی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
یک روز قبل از اعمال تمرین شنا ، هشت هفته تمرین شنا، 24 ساعت پس از اتمام تمرین شنا
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پس از خونگیری از آزمودنی¬ها . جدا سازی سرم وسیله دستگاه سانتریفیوژ (براي مدت ۲۰ دقیقه با 3000 دور در دقیقه)، اُمنتین -۱ به روش الایزا با استفاده از کیت اُمنتین -۱ با حساسیت ۰۳/۱ نانوگرم بر لیتر ساخت کشور چین - آمریکا، محصول شرکت Eastbiopharm Hangzhou توسط دستگاه اتو آنالایزر Anthos 2020ساخت کشور اتریش اندازه‌گیري شد.

2

شرح متغیر پیامد
چمرین
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
یک روز قبل از اعمال تمرین شنا ، هشت هفته تمرین شنا، 24 ساعت پس از اتمام تمرین شنا
نحوه اندازه‌گیری متغیر
چمرین نیز با روش الایزا و با استفاده از کیت انسانی شرکت چینی Cusabio Biotech, Wuhan, China اندازه‌گیری شد.

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد
قد
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
یک روز قبل از اعمال تمرین شنا، هشت هفته تمرین شنا، 24 ساعت بعد از اتمام تمرین شنا
نحوه اندازه‌گیری متغیر
برای اندازه‌گیری قد از قدسنج SECA ساخت کشور آلمان، با حساسیت ۱ میلي متر استفاده شد

2

شرح متغیر پیامد
وزن
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
یک روز قبل از اعمال تمرین شنا، هشت هفته تمرین شنا، 24 ساعت بعد از اتمام تمرین شنا
نحوه اندازه‌گیری متغیر
از ترازوی دیجیتال مدلWS 80، ساخت کشور سوئیس استفاده شد. وزن آن¬ها بر حسب کیلوگرم و با دقت ۱/۰ کیلوگرم اندازه گیری شد

3

شرح متغیر پیامد
شاخص توده بدنی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
یک روز قبل از اعمال تمرین شنا، هشت هفته تمرین شنا، 24 ساعت بعد از اتمام تمرین شنا
نحوه اندازه‌گیری متغیر
شاخص توده بدنی آزمودنی‌ها از تقسیم وزن بدن (کیلوگرم) بر مجذور قد (متر) بدست آمد

4

شرح متغیر پیامد
درصد چربی بدن
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
یک روز قبل از اعمال تمرین شنا، هشت هفته تمرین شنا، 24 ساعت بعد از اتمام تمرین شنا
نحوه اندازه‌گیری متغیر

درصد چربی از طریق اندازه گیری ضخامت لایه چربی زیر پوستی ناحیه سینه ای، شکمی و رانی با استفاده از کالیپر (لافایت ۲، آلمان) اندازه گیری و با استفاده از نموگرام بوم و روان (۱۹۸۱) محاسبه شد.

5

شرح متغیر پیامد
حد اکثر اکسیژن مصرفی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
یک روز قبل از اعمال تمرین شنا، هشت هفته تمرین شنا، 24 ساعت بعد از اتمام تمرین شنا
نحوه اندازه‌گیری متغیر
حداکثر اکسیژن مصرفی بصورت غیر مستقیم از ارتباط مستقیم ضربان قلب و حجم اکسیژن مصرفی، از پروتکل زیر بیشینه ارگومتری YMCA استفاده شد. برای اجرای این پروتکل از دوچرخه کارسنج مونارک۲ مدلE894 استفاده شد.

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه گنترل فقط فعالیت های روزمر خود را انجام می دادند.
طبقه بندی
شیوه زندگی

2

شرح مداخله
برنامه‌هاي تمريني به مدت 8 هفته به طور فزاينده(هر هفته به زمان تمرين اضافه می¬شد)، هر هفته ۳ جلسه و هر جلسه ۴۵ تا ۶۰ دقیقه انجام می گرفت. تمرینات موازی شنا (تداومی و تناوبی زیر بیشینه): گروه (الف) با شدت ۶۰ تا ۶۷ درصد ضربان قلب ذخیره (HRR) به تمرین می‌پرداختند. در رابطه با پایش شدت تمرین، پژوهشگر این کار را با تعیین ضربان قلب آزمودني‌ها با استفاده از ضربان سنج پولار انجام داد. . در مرحله اوّل تمرین برای این گروه، تداومی بود و در نیم باقیمانده زمان تمرین، تمرینات با فاصله استراحتی (اینتروال) انجام می¬شد. برای اعمال اصل اضافه بار، هر هفته ۱۰۰ متر به مسافت شنا تمرین افزوده شد.
طبقه بندی
شیوه زندگی

3

شرح مداخله
گروه (ب) تمرینات هوازی با شدت بالای که شامل وهله‌های شدید شنای کرال سینه می‌باشد با فاصله استراحتی بیشتر نسبت به تمرینات زیر بیشینه، با شدت ۸۰ تا ۹۰ درصد حداکثر ضربان قلب انجام می¬دادند.
طبقه بندی
شیوه زندگی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشگاه بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
محمدعلی سماواتی شریف، دانشیار فیزیولوژی ورزش
آدرس خیابان
همدان، دانشگاه بوعلی سینا، دانشکده علوم ورزشی، گروه فیزیولوژی ورزش
شهر
همدان

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
دکتر غلامحسین مجذوبی
آدرس خیابان
همدان خیابان چهار باغ شهید احمدی روشن دانشگاه بوعلی سینا معاونت پژوهشی و فناوری
شهر
همدان
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه بوعلی سینا
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 بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
محمدعلی سماواتی شریف
موقعیت شغلی
دکتری/ عضو هیئت علمی
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
گروه فیزیولوژی ورزش، دانشکده، علوم ورزشی،دانشگاه بوعل سینا، همدان. ایران
شهر
همدان
کد پستی
تلفن
+98 81 3838 1422
فکس
ایمیل
m-samavati@basu.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
محمدعلی سمواتی شریف
موقعیت شغلی
دکترای فیزیولوژی ورزش
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
گروه فیزیولوژش ورزش، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه بوعلی سینا .
شهر
همدان
کد پستی
تلفن
+98 81 3838 1422
فکس
ایمیل
m-samavati@basu.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
قاسم کاویانی دلشاد
موقعیت شغلی
کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
همدان، شهرک چمران، 18 متری قهرمان، کوچه شقایق، پلاک 10
شهر
همدان
کد پستی
تلفن
+98 81 3822 5507
فکس
ایمیل
ghasem.kaviyaniiii66@gmail.com
آدرس صفحه وب

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