پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۶/۲۵

مقایسه اثر یک جلسه ورزش اینتروال شدت بالا با یک جلسه ورزش مداوم شدت متوسط بر مصرف اکسیژن در حال استراحت طی دوره بازیافت پس از انجام ورزش در خانم های دارای اضافه وزن و سبک زندگی کم تحرک

چکیده پروتکل

چکیده

هدف از این مطالعه مقایسه اثر یک جلسه ورزش اینتروال شدت بالا با یک جلسه ورزش مداوم شدت متوسط بر مصرف اکسیژن در حال استراحت طی دوره‌ی بازیافت پس از انجام ورزش و میزان متابولیسم پایه درخانمهای دارای اضافه وزن و سبک زندگی کم‌تحرک می‌باشد. جمعیت مورد مطالعه 15 نفر از خانم‌های مراجعه کننده به کلینیک تغذیه بخش پزشکی ورزشی که متقاضی دریافت برنامه ورزشی جهت کاهش وزن هستند و معیارهای ورود به مطالعه را دارند می‌باشد. آزمودنی‌ها دو نوع جلسه‌ی ورزشی روی تردمیل را با فاصله یک هفته انجام خواهند داد و در پایان هر جلسه‌ی ورزشی متغییرهای مورد نظر بررسی می‌شوند. دو جلسه ورزشی یکی به صورت مداوم با شدت متوسط 50 درصد ضربان قلب ذخیره (برابر با 55% حداکثر اکسیژن مصرفی) و دیگری اینتروال با شدت بالا با نسبت ورزش به استراحت دو به یک (چهاردقیقه شدت بالا بصورت 80% ضربان قلب ذخیره و یا 82% حداکثر اکسیژن مصرفی و دو دقیقه شدت پایین بصورت 40% ضربان قلب ذخیره و یا 45% حداکثر اکسیژن مصرفی) می‌باشد. ورزش مداوم با شدت متوسط به مدت 30 دقیقه تجویز خواهد شد و مدت زمان جلسه ورزشی اینتروال بر اساس اندازه گیری اکسیژن مصرفی به صورتی تنظیم می شود که دوجلسه ورزشی ایزوکالریک شوند. متغییرهای مطالعه شامل میزان اکسیژن مصرفی، کسرتنفسی، انرژی مصرفی پایه، درصد استفاده از کربوهیدرات و چربی در انرژی مصرفی پایه فرد توسط دستگاه آنالیز گازهای تنفسی قبل، حین و بعد از هر جلسه ورزشی اندازهگیری خواهد شد. پیامد اصلی شامل اکسیژن مصرفی بعد از جلسه ورزشی با هدف بررسی تغییرات انرژی مصرفی پایه و پیامدهای ثانویه شامل کسر تنفسی، انرژی مصرفی پایه ، درصد استفاده از کربوهیدرات و چربی در انرژی مصرفی پایه حین استراحت می‌باشد.

اطلاعات عمومی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT2017020124401N3**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **۱۳۹۶/۰۳/۰۵ ,2017-05-26**

زمان‌بندی ثبت: **registered_while_recruiting**

آخرین بروز رسانی:

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

۱۳۹۶/۰۳/۰۵ ,2017-05-26

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

رضا مظاهری

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 21 8833 6782

آدرس ایمیل

mazaheri_md@tums.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

۱۳۹۶/۰۱/۱۲ ,2017-04-01

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

۱۳۹۶/۰۷/۰۹ ,2017-10-01

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه اثر یک جلسه ورزش اینتروال شدت بالا با یک جلسه ورزش مداوم شدت متوسط بر مصرف اکسیژن در حال استراحت طی دوره بازیافت پس از انجام ورزش در خانم های دارای اضافه وزن و سبک زندگی کم تحرک

عنوان عمومی کارآزمایی

مقایسه اثر دو نوع ورزش بر مصرف انرژی در خانم های دارای اضافه وزن و کم تحرک

هدف اصلی مطالعه

تحقیقات در سیستم ارایه خدمات سلامت

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط ورود به مطالعه: خانمهای سالم دارای اضافه وزن (BMI بین 25 الی 29.9)؛ سن بین 20 تا 45 سال داشته باشد؛ زندگی غیر فعال داشته باشد (طبق تعریف کالج پزشکی ورزشی آمریکا (ACSM) کمتر از سه جلسه سی دقیقه‌ای فعالیت متوسط در هفته)؛ سابقه مصرف سیگار نداشته باشد؛ سابقه کاهش یا افزایش وزن (تغییر بیش از 10 درصد) در شش ماه اخیر را نداشته باشد؛ باردار نباشد؛ سابقه مصرف دارویی یا مکمل را نداشته باشد؛ هیچ فعالیت سازمان یافته ورزشی در سه ماه اخیر نداشته باشد؛ ریسک خطر پایین بر اساس معیارهای ACSM. شرایط خروج از مطالعه: سابقه بیماری خاص از جمله بیماری قلبی و ریوی داشته باشد؛ حین جلسه ورزشی درگیر آسیبی شود که قادر به ادامه فعالیت نباشد؛ از ادامه همکاری منصرف گردد؛ مشکلات اندوکرین من جمله مشکلات تیروئید داشته باشد.

سن

از سن **20 ساله** تا سن **45 ساله**

جنسیت

مونث

فاز مطالعه

مصداق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: **15**

تصادفی سازی (نظر محقق)

مصداق ندارد

توصیف نحوه تصادفی سازی

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

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

کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی تهران

آدرس خیابان

دانشگاه علوم پزشکی تهران

شهر

تهران

کد پستی

تاریخ تایید

2016-12-12, ۱۳۹۵/۰۹/۲۲

کد کمیته اخلاق

IR.TUMS.REC.1394.220

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

خانم های دارای اضافه وزن و سبک زندگی کم تحرک

کد ICD-10

E66.9

توصیف کد ICD-10

Obesity, unspecified

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

مصرف اکسیژن بعد از هر جلسه ورزش

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

هنگام 10 دقیقه ابتدایی و یک و نیم و 2 ساعت بعد در زمان فاز بازیافت پس از انجام ورزش

نحوه اندازه‌گیری متغیر

دستگاه آنالیز گازهای تنفسی

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد

میزان متابولیسم پایه در حال استراحت

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

یک و نیم و 2 ساعت در زمان فاز بازیافت پس از انجام ورزش

نحوه اندازه‌گیری متغیر

دستگاه آنالیز گازهای تنفسی

2

شرح متغیر پیامد

کسر تنفسی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

یک و نیم و 2 ساعت در زمان فاز بازیافت پس از انجام ورزش

نحوه اندازه‌گیری متغیر

دستگاه آنالیز گازهای تنفسی

3

شرح متغیر پیامد

درصد استفاده از چربی و کربوهیدرات در متابولیسم پایه

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

یک و نیم و 2 ساعت در زمان فاز بازیافت پس از انجام ورزش

نحوه اندازه‌گیری متغیر

دستگاه آنالیز گازهای تنفسی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

جلسه ورزشی بصورت مداوم با شدت متوسط 50% ضربان قلب ذخیره (55% حداکثر اکسیژن مصرفی) که به مدت 30 دقیقه تجویز خواهد شد

طبقه بندی

شیوه زندگی

2

شرح مداخله
یک هفته بعد جلسه ورزشی بصورت متناوب شدت بالا با نسبت ورزش به استراحت دو به یک (چهاردقیقه شدت بالا بصورت 80% ضربان قلب ذخیره و یا 82% حداکثر اکسیژن مصرفی و دو دقیقه شدت پایین بصورت 40% ضربان قلب ذخیره و یا 45% حداکثر اکسیژن مصرفی) انجام خواهد شد. ورزش مداوم با شدت متوسط به مدت 30 دقیقه تجویز خواهد شد و مدت زمان جلسه ورزشی اینتروال بر اساس اندازه گیری اکسیژن مصرفی به صورتی تنظیم می شود که دوجلسه ورزشی ایزوکالریک شوند
طبقه بندی
شیوه زندگی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
مرکز پزشکی ورزشی، بیمارستان امام خمینی
نام کامل فرد مسوول
رضا مظاهری
آدرس خیابان
انتهای بلوار کشاورز، بیمارستان امام خمینی
شهر
تهران

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی تهران
نام کامل فرد مسوول
دکتر رضا مظاهری
آدرس خیابان
انتهای بلوار کشاورز، بیمارستان امام خمینی، مرکز پزشکی ورزشی
شهر
تهران
ردیف بودجه

کد بودجه

آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی تهران
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
مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی، دانشگاه علوم پزشکی تهران
نام کامل فرد مسوول
دکتر رضا مظاهری
موقعیت شغلی
دانشیار
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
انتهای بلوار کشاورز، بیمارستان امام خمینی
شهر
تهران
کد پستی
تلفن
+98 21 6119 2282
فکس
ایمیل
mazaheri_md@tums.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی، دانشگاه علوم پزشکی تهران
نام کامل فرد مسوول
دکتر رضا مظاهری
موقعیت شغلی
دانشیار
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
انتهای بلوار کشاورز، بیمارستان امام خمینی
شهر
تهران
کد پستی
تلفن
+98 21 6119 2282
فکس
ایمیل
mazaheri_md@tums.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علوم پزشکی تهران
نام کامل فرد مسوول
رضا مظاهری
موقعیت شغلی
دانشیار
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
شهر
کد پستی
تلفن
00
فکس
ایمیل
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