

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۳۰

مقایسه تأثیر سه روش تمرینات اصلاحی بر راستای ستون فقرات افراد مبتلابه ناهنجاری پشت تابدار

چکیده پروتکل

چکیده

هدف از تحقیق حاضر ارائه و مقایسه تأثیر سه روش تمرینات اصلاحی بر ثبات پاسچر و راستای ستون فقرات افراد مبتلابه پشت تابدار بود. طراح مطالعه حاضر آینده نگر، تصادفی کنترل با گروه موازی است. این مطالعه در آزمایشگاهی پزشکی ورزشی و حرکات اصلاحی دانشگاه بوعلی سینا انجام شد. به این منظور 105 دانشجوی پسر مبتلابه پشت تابدار با زاویه تاب بزرگتر از 10 درجه با میانگین سنی 20.9 ± 2.1 سال، وزن 67.47 ± 12.34 کیلوگرم و قد 172.25 ± 6.6 سانتی متر به صورت هدفمند انتخاب شدند. این افراد به صورت تصادفی در سه گروه 35 نفری تجربی و یک گروه کنترل تقسیم بندی شدند. گروه های مداخله 1 برنامه تمرینی اصلاحی مرسوم را دریافت کرد که تنها شامل تمرینات یک چهارم فوقانی بود. گروه مداخله 2 برنامه تمرینی جامع را دریافت کرد که علاوه بر تمرینات کششی و تقویتی یک چهارم فوقانی بدن شامل تمرینات ناحیه مرکزی نیز می شد. گروه سوم نیز گروه شاهد بود که هیچ گونه برنامه اصلاحی دریافت نکردند. برنامه تمرینی مربوط به گروه ها برای مدت زمان 12 هفته، هر هفته 3 جلسه و به مدت زمان 40 تا 80 دقیقه اجرا شد. گروه کنترل طی این مدت زمان فعالیت های روزمره خود را انجام دادند. متغیر پیامد اولیه زاویه تاب است که توسط روش عکس برداری از نمای نیم رخ اندازه گیری می شود. متغیرهای پیامد ثانویه شامل زاویه سر به جلو که توسط روش عکس برداری از نمای نیم رخ اندازه گیری می شود، زاویه تیلت لگن خاصره که توسط اینکلاینومتر عقربه ای اندازه گیری می شود و ثبات پاسچر که توسط دستگاه اندازه گیری فشار کف پا زیرپس اندازه گیری می شود بود.

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

عین اله نادری

نام سازمان / نهاد

دانشگاه صنعتی شاهرود

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

7462 721 917 98+

آدرس ایمیل

ay.naderi@shahroodut.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

محقق

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2013-09-21, ۱۳۹۲/۰۶/۳۰

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2015-03-22, ۱۳۹۴/۰۱/۰۲

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه تأثیر سه روش تمرینات اصلاحی بر راستای ستون فقرات افراد مبتلابه ناهنجاری پشت تابدار

عنوان عمومی کارآزمایی

روش های تمرینات اصلاحی مربوط به ناهنجاری پشت تابدار

هدف اصلی مطالعه

پیشگیری

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط ورود به مطالعه: ناهنجاری پشت تابدار برابر یا بزرگتر از 10 درجه؛ محدوده سنی 18 الی 25 سال؛ تکمیل رضایت کتبی. شرایط خروج از مطالعه: وجود علائم پاتولوژیک مرتبط با بیماری های عصبی؛ سابقه شکستگی؛ بیماری های قلبی؛ دیابت؛ سابقه قهرمانی؛ عضویت در تیم های ورزشی؛ شاغل بودن؛ عدم اتمام برنامه تمرینی؛ عدم علاقه

اطلاعات عمومی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT2017011431942N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 22-02-2017, ۱۳۹۵/۱۲/۰۴

زمان بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی:

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2017-02-22, ۱۳۹۵/۱۲/۰۴

آزمودنی به ادامه برنامه.

سن

از سن 18 ساله تا سن 25 ساله

جنسیت

هر دو

فاز مطالعه

1

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 70

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

تأییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

دانشگاه علوم پزشکی همدان

آدرس خیابان

همدان، خ شهید فهمیده، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی

درمانی همدان

شهر

همدان

کد پستی

65178

تاریخ تأیید

2014-11-25, 1393/09/04

کد کمیته اخلاق

4132/9/35/16/پ

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

پشت تابدار

کد ICD-10

M40.2

توصیف کد ICD-10

Other and unspecified kyphosis

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

پشت تابدار

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

شروع مداخله، پایان مداخله و 12 هفته بعد از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

توسط نرم افزار پاسچر پرو و اوتوکد زاویه تاب اندازه گیری می شود

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد

زاویه کایفوز و زاویه لوردوز

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از اعمال مداخله، بعد از اتمام مداخله و 12 هفته بعد از پایان

مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

توسط اینکلابنومتر و خط کش منعطف زاویه و شاخص کیفوز و لوردوز

کمری گزارش شد

2

شرح متغیر پیامد

زاویه سر به جلو

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از اعمال مداخله، بعد از اتمام مداخله و 12 هفته بعد از پایان

مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

توسط نرم افزار پاسچر پرو و اوتوکد زاویه سر به جلو اندازه گیری می

شود

3

شرح متغیر پیامد

زاویه تیلت لگن

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از اعمال مداخله، بعد از اتمام مداخله و 12 هفته بعد از پایان

مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

توسط اینکلابنومتر

4

شرح متغیر پیامد

میزان نوسان پاسچر

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از اعمال مداخله و بعد از اتمام مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

توسط دستگاه اندازه‌گیری فشار کف پا ساخت کمپانی زیریس

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله 1 یک برنامه کنشش و تقویتی 12 هفته ای مرسوم

متشکل از سه جلسه 60-80 دقیقه ای در هر هفته دریافت کردند.

برنامه تمرینی تنها تمرینات یک چهارم فوقانی بدن را شامل می شد.

تقویت عضلات اطراف کتف، قفسه سینه عضلات ستون فقرات

اکستانسور، عضلات فلکسور گردن بود. شرکت کنندگان سه ست 10

تکراری از همه تمرینات تقویتی را انجام می دادند. بخش کنشش

مداخله با هدف افزایش انعطاف پذیری عضلات سینه ای، اکستانسور گردن گردن و عضلات همسترینگ ارائه شد. هر آزمودنی با فعالیت هوازی سبک و تمرینات کششی به طور کلی برای پنج دقیقه گرم می کرد. پس از این تمرینات به پایان می رسید، شرکت کنندگان با تمرینات کششی به طور کلی و پیاده روی آهسته به مدت پنج دقیقه سرد می کردند.

طبقه بندی
غیره

2

شرح مداخله

گروه مداخله 2 یک برنامه کشش و تقویتی 12 هفته جامع متشکل از سه جلسه 60-80 دقیقه ای در هر هفته دریافت کردند. تمرینات یک چهارم فوقانی بدن شامل؛ تقویت عضلات اطراف کتف، قفسه سینه عضلات ستون فقرات اکستانسور، عضلات فلکسور گردن بود. تمرینات سمرکزی شامل تمرینات عضلات ناحیه لمبولویک بود. شرکت کنندگان سه ست 10 تکراری از همه تمرینات تقویتی را انجام می دادند. بخش کشش مداخله با هدف افزایش انعطاف پذیری عضلات سینه ای، اکستانسور گردن گردن و عضلات همسترینگ ارائه شد. هر آزمودنی با فعالیت هوازی سبک و تمرینات کششی به طور کلی برای پنج دقیقه گرم می کرد. پس از این تمرینات به پایان می رسید، شرکت کنندگان با تمرینات کششی به طور کلی و پیاده روی آهسته به مدت پنج دقیقه سرد می کردند.

طبقه بندی
غیره

3

شرح مداخله

گروه شاهد: هیچ گونه مداخله ای دریافت نکرد. تنها به فعالیت روزمره خود ادامه دادند

طبقه بندی
مصادق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

دانشگاه بوعلی سینا همدان

نام کامل فرد مسوول

دکتر علی یلفانی

آدرس خیابان

همدان، چهارباغ شهید مصطفی احمدی روشن، دانشگاه بوعلی

سینا، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

شهر

همدان

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

محقق

نام کامل فرد مسوول

عین اله نادری

آدرس خیابان

ایران، سمنان، شاهرود، دانشگاه صنعتی شاهرود

شهر

شاهرود

ردیف بودجه

کد بودجه

-

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

بلی

عنوان منبع مالی

محقق

درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع

100

بخش عمومی یا خصوصی

خالی

مبدأ اعتبار از داخل یا خارج کشور

خالی

طبقه بندی منابع اعتبار خارجی

خالی

کشور مبدأ

طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار

خالی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه بوعلی سینا

نام کامل فرد مسوول

دکتر علی یلفانی

موقعیت شغلی

دکتری/ رئیس دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی بوعلی سینا

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

آدرس خیابان

ایران، همدان، چهارباغ شهید مصطفی احمدی روشن، دانشگاه

بوعلی سینا

شهر

همدان

کد پستی

3869565178

تلفن

1422 3838 81 98+

فکس

1423 3838 81 98+

ایمیل

ali_yalfani@yahoo.com

آدرس صفحه وب

/http://sport.basu.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه صنعتی شاهرود

نام کامل فرد مسوول

عین اله نادری

موقعیت شغلی

دکتری

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

آدرس خیابان

ایران، سمنان، شاهرود، دانشگاه صنعتی شاهرود

شهر

شاهرود

کد پستی

3619995161

تلفن
1422 3838 81 98+
فکس
1423 3838 81 98+
ایمیل
آدرس صفحه وب

تلفن
2204 3239 23 98+
فکس
ایمیل
ay.naderi@yahoo.com
آدرس صفحه وب
[/http://www.shahroodut.ac.ir/fa](http://www.shahroodut.ac.ir/fa)

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

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
علی یلفانی
موقعیت شغلی
دکتری
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
همدان چهار باغ شهید مصطفی احمدی روشن دانشگاه بوعلی سینا
شهر
همدان
کد پستی