

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۱۹

تأثیر شش هفته تمرین مقاومتی منتخب با استراحت فعال و غیر فعال، با و بدون محدودیت جریان خون بر سطوح هورمونی و عملکرد عضلانی و بی هوازی سربازان نهجا

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

تأثیر شش هفته تمرین مقاومتی منتخب با استراحت فعال و غیر فعال، با و بدون محدودیت جریان خون بر سطوح هورمونی و عملکرد عضلانی و بی هوازی سربازان نهجا

طراحی

پژوهش حاضر از نوع تصادفی به صورت 3 گروه موازی و بدون سوی کور بود

نحوه و محل انجام مطالعه

از سربازان در دسترس و واجد شرایط نیروی هوایی ارتش 24 نفر به صورت تصادفی انتخاب و پس از تکمیل فرم رضایت نامه اندازه گیری های فیزیولوژیکی و آنتروپومتریکی و سپس تست وینگیت و سارجنت و خونگیری انجام شد. سپس به صورت تصادفی به 3 گروه تمرینی تقسیم شده و به مدت 6 هفته تمرینات را 3 روز در هفته انجام دادند. 48 ساعت پس از آخرین جلسه خونگیری دوم به صورت ناشتا انجام و سپس همانند پیش آزمون تمامی اندازه گیری ها مجدداً در همان شرایط انجام شد.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

جامعه آماری سربازان نیروی هوایی ارتش جمهوری اسلامی ایران (نهجا) بودند. تعداد 24 نفر فاقد برنامه ورزشی منظم که از لحاظ ترکیب بدنی و سطح آمادگی جسمانی و هم چنین سن به هم نزدیک باشند از جامعه آماری در دسترس و داوطلب بعد از تکمیل پرسشنامه های سلامتی، با در نظر گرفتن سوابق سلامت و فعالیت بدنی و اندازه گیری قد و وزن و شاخص توده بدن، به صورت تصادفی انتخاب شدند و عدم ابتلا به بیماری های مزمن، عدم استعمال دخانیات، عدم ابتلا به بیماری های تنفسی، متابولیکی، قلبی عروقی، کلیوی، کبدی و یا سایر بیماری های مزمن از شرایط شرکت در پژوهش بود.

گروه های مداخله

3 گروه تمرین مقاومتی سنتی- تمرین مقاومتی با محدودیت جریان خون و استراحت غیرفعال- تمرین مقاومتی با محدودیت جریان خون و استراحت فعال

متغیرهای پیامد اصلی

تغییرات سطوح هورمون رشد، لاکتات دهیدروژناز و پروتئین واکنشگر C

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20191207045644N1
تاریخ تایید ثبت در مرکز: 14-03-2020, ۱۳۹۸/۱۲/۲۴
زمان بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی: 14-03-2020, ۱۳۹۸/۱۲/۲۴

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز
14-03-2020, ۱۳۹۸/۱۲/۲۴

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

وحید فکری کورعباسلو

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

2094 3288 41 98+

آدرس ایمیل

vfekri28@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2019-09-23, ۱۳۹۸/۰۷/۰۱

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2019-10-12, ۱۳۹۸/۰۷/۲۰

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

2019-09-23, ۱۳۹۸/۰۷/۰۱

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

2019-10-02, ۱۳۹۸/۰۷/۱۰

تاریخ خاتمه کارآزمایی

2019-11-22, ۱۳۹۸/۰۹/۰۱

عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر شش هفته تمرین مقاومتی منتخب با استراحت فعال و غیر فعال،

با و بدون محدودیت جریان خون بر سطوح هورمونی و عملکرد عضلانی و بی هواری سربازان نهجا

عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی اثر تمرینات مقاومتی با محدودیت جریان خون و اینتروال بر سطوح هورمونی و عملکردی

هدف اصلی مطالعه

علوم پایه

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

افراد فاقد برنامه ورزشی منظم افراد سالم از نظر جسمانی سرباز نیروی هوایی ارتش جمهوری اسلامی ایران شاخص توده بدن زیر 25 بین 20 تا 26 سال

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

داشتن برنامه تمرینی منظم داشتن بیماری مزمن استعمال دخانیات مصرف الکل

سن

از سن 20 ساله تا سن 26 ساله

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 24

حجم نمونه تحقق یافته: 24

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

تصادفی سازی ساده با پرتاب تاس. بدین شکل که 3 گروه وجود دارد. اگر عدد تاس 1 یا 2 باشد در گروه اول، اگر 3 و 4 باشد در گروه 2 و اگر 5 و 6 باشد در گروه 3 قرار می‌گیرد.

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

پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

آدرس خیابان

تهران - خیابان استاد مطهری - خیابان میرعماد - کوچه پنجم -

پلاک 3

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1587958711

تاریخ تایید

2019-07-01, 1398/04/10

کد کمیته اخلاق

IR.SSRC.REC.1398.129

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

بیماری نیست (سطوح هورمونی و توان بی هواری و انفجاری و استقامت عضلانی)

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

سطوح هورمون رشد
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از 6 هفته
نحوه اندازه‌گیری متغیر
خونگیری

2

شرح متغیر پیامد

سطوح هورمون لاکتات دهیدروژناز
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از 6 هفته
نحوه اندازه‌گیری متغیر
خونگیری

3

شرح متغیر پیامد

سطوح هورمون پروتیین واکنشنگر C
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از 6 هفته
نحوه اندازه‌گیری متغیر
خونگیری

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد

استقامت عضلانی با 40 درصد 1RM
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از 6 هفته تمرین
نحوه اندازه‌گیری متغیر

تکرار تا خستگی با 40 درصد 1RM (ابتدا بوسیله فرمول برزسکی حداکثر قدرت عضلات برای انجام حداکثر یک تکرار تعیین شد و سپس با 40 درصد این قدرت تکرار تا خستگی را انجام دادند تا جایی که نتوانند حرکت را بدون مکث یک تکرار انجام دهند)

2

شرح متغیر پیامد

توان انفجاری پاها

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

نیروی هوایی ارتش جمهوری اسلامی ایران

نام کامل فرد مسوول

علی فکوربان

آدرس خیابان

تهران-خیابان پیروزی- نیروی هوایی ارتش جمهوری اسلامی ایران

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

5186843787

تلفن

3820 3574 21 98+

ایمیل

ali.fakourian@gmail.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

خیر

عنوان منبع مالی

شخصی

درصد تأمین مالی مطالعه توسط این منبع

100

بخش عمومی یا خصوصی

خصوصی

مبدا اعتبار از داخل یا خارج کشور

داخلی

طبقه بندی منابع اعتبار خارجی

خالی

کشور مبدا

طبقه بندی موسسه تأمین کننده اعتبار

اشخاص

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

نام کامل فرد مسوول

وحید فکری کورعباسلو

موقعیت شغلی

نخبه وظیفه (کارشناسی ارشد)

آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

فیزیولوژی ورزشی

آدرس خیابان

تبریز-خیابان استاد جعفری- کوچه شهید بابک وطن پور پلاک 3

شهر

تبریز

استان

آذربایجان شرقی

کد پستی

5186843787

تلفن

2094 3288 41 98+

مقاطع زمانی اندازه گیری

قبل و بعد از 6 هفته تمرین

نحوه اندازه گیری متغیر

پرش سارجنت

3

شرح متغیر پیامد

توان بی هوازی

مقاطع زمانی اندازه گیری

قبل و بعد از 6 هفته تمرین

نحوه اندازه گیری متغیر

تست دوچرخه وینگیت

گروه های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله اول تمرین مقاومتی با محدودیت جریان خون و استراحت

غیرفعال(15-15-15-30) تکرار با 30 ثانیه استراحت).

طبقه بندی

مصادق ندارد

2

شرح مداخله

گروه مداخله دوم تمرین مقاومتی با محدودیت جریان خون و استراحت

فعال(15-7-15-7-30)

طبقه بندی

مصادق ندارد

3

شرح مداخله

گروه کنترل: تمرین مقاومتی سنتی(سه ست ده تکراری یا 70 تا 80

درصد یک تکرار بیشینه).

طبقه بندی

مصادق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

نیروی هوایی ارتش جمهوری اسلامی ایران

نام کامل فرد مسوول

علی فکوربان

آدرس خیابان

تهران- خیابان پیروزی- نیروی هوایی ارتش جمهوری اسلامی ایران

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

5186843787

تلفن

3820 3574 21 98+

ایمیل

ali.fakourian@gmail.com

ایمیل

Vfekri28@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

نام کامل فرد مسوول

وحید فکری کورعباسلو

موقعیت شغلی

فوق لیسانس

آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

فیزیولوژی ورزشی

آدرس خیابان

تبریز- خیابان استاد جعفری- کوچه شهید بایک وطن پور- پلاک 3

شهر

تبریز

استان

آذربایجان غربی

کد پستی

5186843787

تلفن

2094 3288 41 98+

ایمیل

Vfekri28@gmail.com

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

نام کامل فرد مسوول

وحید فکری کورعباسلو

موقعیت شغلی

فوق لیسانس

آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

فیزیولوژی ورزشی

آدرس خیابان

خیابان استاد جعفری- کوچه شهید بایک وطن پور- پلاک 3

شهر

تبریز

استان

آذربایجان شرقی

کد پستی

5186843787

تلفن

2094 3288 41 98+

ایمیل

Vfekri28@gmail.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

پروتکل مطالعه

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

نقشه آنالیز آماری

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

فرم رضایتنامه آگاهانه

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

گزارش مطالعه بالینی

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

کدهای استفاده شده در آنالیز

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند

داده‌های مربوط به سطوح هورمونی و عملکرد عضلانی و بی‌هوازی

بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

شروع دسترسی 6 ماه پس از چاپ نتایج

کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

محققین شاغل در موسسات دانشگاهی و علمی

به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده

است

به منظور بررسی پیشینه تحقیق در تحقیقات مشابه

برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود

وحید فکری کورعباسلو

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

ارسال ایمیل به خود محقق

سایر توضیحات