پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۸

بررسي اثر تمرينات پايداري مرکزي در کاهش کمردرد پرستاران:يک مطالعه کارآزمايي باليني يک سويه کور

چکیده پروتکل

چکیده

هدف اصلي اين مطالعه عبارتست از تعيين اثر تمرينات پايداري مرکزي در کاهش کمردرد پرستاران مبتلا به کمردرد مزمن. حجم نمونه کل مطالعه 36 نفر از پرستاران با سابقه کار بيش از 1 سال می باشد. گروه مداخله به مدت 8 هفته تحت درمان ورزش های پایداری مرکزی قرار می گیرند. گروه کنترل در ليست انتظار قرار می گيرند. اين تمرينات توسط فيزيوتراپيست آموزش ديده و تحت نظر پزشک انجام مي شوند. نمونه ها قبل و بعد از دوره تحقيق (8 هفته) پرسشنامه هاي SF36، VAS، ناتوانی رولاند موریس و رضایت از تمرینات را پر مي کنند. پيامد اوليه درد است که با VAS سنجيده می شود.

اطلاعات عمومی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT138903314231N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2010-12-12, ۱۳۸۹/۰۹/۲۱**

زمان‌بندی ثبت: **retrospective**

آخرین بروز رسانی:

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2010-12-12, ۱۳۸۹/۰۹/۲۱

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

پردیس نورمحمدپور

نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی تهران - مرکز پزشکی ورزشی

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 21 8863 0227

آدرس ایمیل

normohamadpour@razi.tums.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

مرکز تحقیقات پزشکی دانشگاه تهران

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2010-09-29, ۱۳۸۹/۰۷/۰۷

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2010-11-29, ۱۳۸۹/۰۹/۰۸

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

بررسي اثر تمرينات پايداري مرکزي در کاهش کمردرد پرستاران:يک مطالعه کارآزمايي باليني يک سويه کور

عنوان عمومی کارآزمایی

بررسي اثر تمرينات پايداري مرکزي در کاهش کمردرد پرستاران:يک مطالعه کارآزمايي باليني يک سويه کور

هدف اصلی مطالعه

درمانی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

معیارهای ورود: پرستاران که حداقل 1 سال از زمان خدمت آنها در حرفه پرستاری می گذرد، داشتن کمر درد مزمن (بیش از 3 ماه Non-specific low back pain، کمر درد در ناحیه کمر یا باسن، رده سنی بزرگسالان زیر 55 سال (18-55 سال) معیارهای خروج: وجود هر کدام از علائم خطر (مانند بی اختیاری ادرار و مدفوع، بی حسی، فلج در اندامها)، بارداری، سابقه هر گونه بیماری سیستمیک

سن

از سن **18 ساله** تا سن **55 ساله**

جنسیت

مونث

فاز مطالعه

مصداق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: **36**

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

کور سازی (به نظر محقق)
یک سویه کور

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
کمیته اخلاق پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران

آدرس خیابان
تهران - بلوار کشاورز- دانشگاه علوم پزشکی تهران - دانشکده پزشکی - ساختمان اخلاق پزشکی

شهر
تهران

کد پستی

تاریخ تایید
2009-06-20, ۱۳۸۸/۰۳/۳۰

کد کمیته اخلاق
88-03-30-9316

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
بیماریهای موسکولواسکلتال

کد ICD-10
M54.5

توصیف کد ICD-10
Low back pain

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
درد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله، 8 هفته بعد

نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد
کیفیت زندگی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله، 8 هفته بعد

نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه اس اف 36

2

شرح متغیر پیامد
ناتوانی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله، 8 هفته بعد

نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه رولاند موریس

3

شرح متغیر پیامد
رضایت از تمرینات

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله، 8 هفته بعد

نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه رضایت مندی تمرینات

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه کنترل: لیست انتظار

طبقه بندی
غیره

2

شرح مداخله
گروه مداخله: 1) به پشت بخوابید وشکم خود را به سمت داخل منقبض کنید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 2)چهاردست و پا قرار گیرید و شکم خود را به سمت داخل منقبض کنید- 2نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 3) با سفت کردن عضلات شکم پیاده روی کنید.-30 دقیقه در روز 4) با سفت کردن عضلات شکم کارهای روز مره خود انجام دهید. 5) در حالیکه به پشت خوابیده اید و وزن روي كف پاهاست لگن را از زمین بالا بیاورید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 6) چهار دست ویا قرار بگیرید و دست و پای مقابل را بلند کنید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 7) به پهلوقرار بگیرید و لگن را از زمین بالا بیاورید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 8) به پشت بخوابید و آرنج و زانوی مخالف را به هم نزدیک کنید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 9) به پشت بخوابید و دست و پای موافق را بالا ببرید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 10)به شکم بخوابید و شانه هایتان و رانهایتان را به سمت بالاببرید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 11) به پشت بخوابید و زانوهایتان را به اطراف حرکت دهید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 12) بایستید و یک پای خود را از زمین بلندکنید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 13)بایستید وهر دو زانو را خم کنید تا بدنتان به زمین نزدیک تر گردد. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار 14) بایستید و زانوها را خم کنید تا بدنتان به زمین نزدیک شود و یک پا را از زمین بلند کنید. -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار همچنین تعدادی تمرین مشابه بر روی توپ بزرگ ورزشی هم انجام می شود -2 نوبت در روز هر نوبت 10 تکرارو مدت 15 ثانیه نگهداشتن در هر تکرار

طبقه بندی
توانبخشی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی دانشگاه تهران
نام کامل فرد مسوول
دکتر رامین کردی
آدرس خیابان
تهران - تقاطع جلال آل احمد-بعد از پل نصر- روبروی درمانگاه بیمارستان شریعتی- پلاک 7 همکف
شهر
تهران

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
مرکز تحقیقات پزشکی دانشگاه تهران
نام کامل فرد مسوول
دکتر اکبر فتوحي
آدرس خیابان
تهران - بلوار کشاورز- دانشگاه علوم پزشکی تهران - دانشکده پزشکی
شهر
تهران
ردیف بودجه
88-03-30-9316
کد بودجه
88-03-30-9316
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
مرکز تحقیقات پزشکی دانشگاه 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 تهران
نام کامل فرد مسوول
دکتررامین کردی
موقعیت شغلی
استاد یار- دانشگاه علوم پزشکی تهران
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
تهران - تقاطع جلال آل احمد-بعد از پل نصر- روبروی درمانگاه بیمارستان شریعتی- پلاک 7 همکف
شهر
تهران
کد پستی
14395-578
تلفن
+98 21 8863 0227
فکس
+98 21 8800 3539
ایمیل
ramin_kordi@sina.tums.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی دانشگاه تهران
نام کامل فرد مسوول
دکترپردیس نورمحمدپور
موقعیت شغلی
رزیدنت پزشکی ورزشی - دانشگاه علوم پزشکی تهران
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
تهران - تقاطع جلال آل احمد-بعد از پل نصر- روبروی درمانگاه بیمارستان شریعتی- پلاک 7 همکف
شهر
تهران
کد پستی
14395-578
تلفن
+98 21 8863 0227
فکس
+98 21 8800 3539
ایمیل
normohamadpour@razi.tums.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی دانشگاه تهران
نام کامل فرد مسوول
دکتر رامین کردی
موقعیت شغلی
استاد یار- دانشگاه علوم پزشکی تهران
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
تهران - تقاطع جلال آل احمد-بعد از پل نصر- روبروی درمانگاه بیمارستان شریعتی- پلاک 7 همکف
شهر
تهران
کد پستی
14395-578
تلفن
+98 21 8863 0227
فکس
+98 21 8800 3539
ایمیل

ramin_kordi@sina.tums.ac.ir
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