پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

مقایسه تاثیر یک دوره تمرینات ترکیبی(ویبریشن و هوازی) با دو شدت مختلف بر شاخص های الکترو میوگرافی عضلات مردان سالمند

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

هدف از تحقیق حاضر پاسخ به این سؤال بود که چه شدتی از تمرینات ترکیبی ویبریشن کل بدن همراه با طناب زنی بر بهبود شاخص‌های الکترومیوگرافی در مردان سالمند بهترین اثر را دارد؟

طراحی

نمونه آماری شامل30 مرد سالمندبه روش تصادفی به سه گروه تمرینی یک شدت زیاد،گروه تمرینی دو شدت کم و گروه کنترل بودند تعیین میزان حجم نمونه با توجه به مطالعات قبلی که در این زمینه انجام شده بود صورت گرفت.

نحوه و محل انجام مطالعه

تمرین ویبریشن به مدت هشت هفته و هر هفته سه جلسه و در هر جلسه چهار ست یک‌دقیقه‌ای در چهار هفته اول و پنج ست یک‌دقیقه‌ای در چهار هفته دوم با شدت40 هرتز و دامنه 3 میلی‌متر و 45-30 ثانیه استراحت بین ست‌ها با وضعیت‌های مشخص روی دستگاه تمرینی ویبریشن تمام بدن مدل Excel Pro ساخت کمپانی FitVibe کشور آلمان انجام شد برنامه تمرینی طناب زنی: طناب زدن آرام و عمل سرد کردن به مدت پنج دقیقه راه رفتن و تمرینات کششی بود.
تمرینات از جلسه اول به‌صورت ترکیبی با تمرین ویبریشن از دو ست یک‌دقیقه‌ای شروع شد و در جلسات آخر به 6 ست یک‌دقیقه‌ای و 30 ثانیه استراحت بین ست‌ها و به تعداد 35-30 پرش در دقیقه اعمال شد

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

مردان سالمند سالم در دامنه سنی 70-60 سال

گروه‌های مداخله

مداخلات شامل اعمال تمرینات ویبریشن کل بدن با دو شدت زیاد و کم بود و تمرینات طناب زنی با شدت سطح 13و14 مقیاس درک فشار بورگ بود.گروه کنترل بدون اعمال برنامه تمرینی بود.

متغیرهای پیامد اصلی

نتایج تاثیرات برنامه تمرینی (شدت زیاد) و (شدت کم) نسبت به کنترل بر روی شاخص‌های الکترومیوگرافی شامل هم فعالیتی عضله دوسر – سه سر بازویی، بیشینه فعالیت عضله دو سر بازویی، بیشینه فعالیت عضله سه سر بازویی، فرکانس میانگین توان عضله دوسر بازویی، فرکانس میانگین توان عضله سه سر بازویی، هم فعالیتی عضله چهار سر رانی - دوسر رانی، بیشینه فعالیت عضله چهار سر رانی، بیشینه فعالیت عضله دوسر رانی ، فرکانس میانگین توان عضله چهار سر رانی، فرکانس میانگین توان عضله دوسر رانی ثبت و ارزیابی می شوند

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری
Mashhad study Electromyography

اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20200109046063N1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2020-02-01, ۱۳۹۸/۱۱/۱۲**
زمان‌بندی ثبت: **retrospective**

آخرین بروز رسانی: **2020-02-01, ۱۳۹۸/۱۱/۱۲**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2020-02-01, ۱۳۹۸/۱۱/۱۲

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
مهدی پویافر
نام سازمان / نهاد
دانشگاه حکیم سبزواری
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 51 4465 5740
آدرس ایمیل
ma.pouyafar1358@gmail.com

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2019-07-05, ۱۳۹۸/۰۴/۱۴
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2019-09-20, ۱۳۹۸/۰۶/۲۹
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
2019-07-05, ۱۳۹۸/۰۴/۱۴
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
2019-09-20, ۱۳۹۸/۰۶/۲۹
تاریخ خاتمه کارآزمایی
2019-09-20, ۱۳۹۸/۰۶/۲۹

عنوان علمی کارآزمایی
مقایسه تاثیر یک دوره تمرینات ترکیبی(ویبریشن و هوازی) با دو شدت

مختلف بر شاخص های الکترو میوگرافی عضلات مردان سالمند

عنوان عمومی کارآزمایی
تاثیر تمرینات وبریشن و هوازی بر شاخص های الکترو میوگرافی عضلات
هدف اصلی مطالعه
پیشگیری
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سالمندان سالم
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
ناراحتی‌های قلبي بیماری‌های مفصلي دیابت ملیتوس وابسته به انسولین مشکلات دیسک مهره‌های کمري ناتواني عضلاني اسکلتي التهاب و عفونت‌های شدید معلولیت حرکتي
سن
از سن **60 ساله** تا سن **70 ساله**
جنسیت
مذکر

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه

- شرکت کننده
- مراقب بالینی
- ارزیابی کننده پیامد
- آنالیز کننده داده

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **53**
حجم نمونه تحقق یافته: **30**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
برای تعیین واحدهای پژوهش در سه گروه ده نفری از روش تصادفی سازی ساده (پرتاب تاس) استفاده شد. به طوری که اعداد 1و2 برای گروه کنترل، اعداد 3و4 برای گروه تجربی با شدت کم و اعداد 5و6 برای گروه تجربی با شدت زیاد در نظر گرفته شد.با پرتاب تاس، گروه هر شخص مشخص می شد و تا تکمیل حجم نمونه ادامه داشت. سپس واحدهای پژوهش در سه گروه 10 نفری قرار گرفتند.
کور سازی (به نظر محقق)
یک سویه کور
توصیف نحوه کور سازی
آزمودنی ها، مراقبین بالینی، ارزیابی کنندگان و آنالیز کنندگان از اثرات احتمالی شدت تمرین روی قدرت عضلانی و اینکه کدام شدت تمرینی تاثیر بهتری دارد بی اطلاع بودند.
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 ملی اخلاق در پژوهشهای زیست پزشکی
آدرس خیابان
شهرک اندیشه- انتهای اندیشه5
شهر
سبزوار
استان
خراسان رضوی
کد پستی
9613711111
تاریخ تایید
2019-05-03, ۱۳۹۸/۰۲/۱۳
کد کمیته اخلاق
IR.HSU.REC.1398.002

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
شاخص های الکترو میوگرافی عضلات مردان سالمند
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
هم فعال‌سازی نسبت عضلات آگونیست و آنتاگونیست در اندام تحتانی و فوقانی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
8 هفته
نحوه اندازه‌گیری متغیر
دستگاه ثبت سیگنال الکترومایوگرام Datalog-MWX8 Bluetooth

2

شرح متغیر پیامد
دامنه عضلات در اندام تحتانی و فوقانی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
8 هفته
نحوه اندازه‌گیری متغیر
دستگاه ثبت سیگنال الکترومایوگرام Datalog-MWX8 Bluetooth

3

شرح متغیر پیامد
فرکانس میانگین توان عضلات در اندام تحتانی و فوقانی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
8هفته
نحوه اندازه‌گیری متغیر
دستگاه ثبت سیگنال الکترومایوگرام Datalog-MWX8 Bluetooth

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
طبقه بندی
خالی

2

شرح مداخله
گروه مداخله: گروه تمرینی یک تمرینات ویبریشن با دارای فرکانس HZ40 و آمپلی تود mm3 شامل چهار ست یک‌دقیقه‌ای در چهار هفته اول و پنج ست یک‌دقیقه‌ای در چهار هفته دوم با 45-30 ثانیه استراحت بین ست‌ها و تمرین طناب زنی با دو ست یک‌دقیقه‌ای شروع و در جلسات آخر به 6 ست یک‌دقیقه‌ای و30 ثانیه استراحت بین ست‌ها و به تعداد 35-30 پرش در دقیقه

طبقه بندی
توانبخشی

3

شرح مداخله
گروه مداخله: گروه دوم با فرکانس HZ25 و آمپلی تودmm3 شامل چهار ست یک‌دقیقه‌ای در چهار هفته اول و پنج ست یک‌دقیقه‌ای در چهار هفته دوم با 45-30 ثانیه استراحت بین ست‌ها و تمرین طناب زنی با دو ست یک‌دقیقه‌ای شروع و در جلسات آخر به 6 ست یک‌دقیقه‌ای و30 ثانیه استراحت بین ست‌ها و به تعداد 35-30 پرش در دقیقه

طبقه بندی
توانبخشی

4

شرح مداخله
گروه کنترل: گروه سوم کنترل بدون تمرین

طبقه بندی
مصداق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشگاه حکیم سبزواری، دانشکده علوم ورزشی
نام کامل فرد مسوول
رویا عسکری
آدرس خیابان
استان خراسان رضوی، سبزوار، شهرک توحید، پردیس دانشگاه حکیم سبزواری،دانشکده علوم ورزشی
شهر
سبزوار
استان
خراسان رضوی
کد پستی
9617976487
تلفن
+98 51 4401 2754
فکس
+98 51 4401 2755
ایمیل
r.askari@hsu.ac.ir
آدرس صفحه وب

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه حکیم سبزواری
نام کامل فرد مسوول
احمد فرزانه کرد
آدرس خیابان
سبزوار، توحید شهر، دانشگاه حکیم سبزواری، دانشکده علوم پایه، گروه فیزیک
شهر
سبزوار
استان
خراسان رضوی
کد پستی
9617976487
تلفن
+98 51 4401 2520
ایمیل
afarzaneh@hsu.ac.ira
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه حکیم سبزواری
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع
100
بخش عمومی یا خصوصی
عمومی
مبدا اعتبار از داخل یا خارج کشور
داخلی
طبقه بندی منابع اعتبار خارجی
خالی
کشور مبدا
طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار
دانشگاهی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه حکیم سبزواری
نام کامل فرد مسوول
احمد فرزانه کرد
موقعیت شغلی
دانشیار گروه فیزیک
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیک هسته ای
آدرس خیابان
سبزوار، توحید شهر، دانشگاه حکیم سبزواری، دانشکده علوم پایه، گروه فیزیک
شهر
سبزوار
استان
خراسان رضوی
کد پستی
9617976487
تلفن
0098 44012520
ایمیل
afarzaneh@hsu.ac.ira

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه حکیم سبزواری
نام کامل فرد مسوول
رویا عسکری
موقعیت شغلی
دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی
آدرس خیابان
شهرک اندیشه-انتهای اندیشه5
شهر
سبزوار
استان
خراسان رضوی
کد پستی
9613711111
تلفن
+98 51 4465 5740
ایمیل
r.askari@hsu.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه حکیم سبزواری
نام کامل فرد مسوول
رویا عسکری
موقعیت شغلی
دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
هیئت علمی
آدرس خیابان
شهرک اندیشه-انتهای اندیشه5
شهر
سبزوار
استان
خراسان رضوی
کد پستی
9613711111
تلفن
+98 51 4465 5740
ایمیل
r.askari@hsu.ac.ir

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD
اطلاعات محرمانه می باشد
پروتکل مطالعه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
نقشه آنالیز آماری
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
فرم رضایتنامه آگاهانه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
گزارش مطالعه بالینی
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
کدهای استفاده شده در آنالیز
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست