

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۵/۱۲

تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی درآب به همراه مکملیاری شکلات تلخ بر سطح سرمی مایوستانین، تعادل و اشتهای سالمندان

زمان بندی ثبت: retrospective

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

بررسی تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی درآب و مکمل یاری شکلات تلخ بر سطح سرمی مایوستانین، تعادل و اشتهای سالمندان

طراحی

نیمه تجربی با طرح کور نشده از میان زنان سالمند و کم تحرک 38 داوطلب انتخاب و پس از پر کردن فرم رضایت نامه و پرسشنامه سلامت و ریسک بیماری به صورت تصادفی به چهار گروه: تمرین-تمرین+مکمل- مکمل و کنترل تقسیم شدند. مدت مداخله هشت هفته بود. گروه تمرین و تمرین+مکمل هشت هفته تمرین مقاومتی در آب (هفته ای سه جلسه، هر جلسه به مدت یک ساعت) داشتند و گروههای مکمل و تمرین+مکمل، روزانه 30 گرم شکلات تلخ (6 عدد شکلات تلخ 83%، 5 گرمی) دریافت کردند. گروه کنترل نیز در این مدت هیچ گونه فعالیت ورزشی و مصرف مکمل نداشتند. نمونه خونی، قبل و بعد از مداخله- گرفته شد و همچنین آزمون تعادل لک لک توسط محقق و همچنین پر کردن پرسشنامه اشتها در دو مرحله- قبل و بعد از مداخله توسط آزمودنیها انجام شد.

نحوه و محل انجام مطالعه

نیمه تجربی و کور نشده و در زمینه ارائه خدمات سلامت- سرای محله و کانون سالمندان منطقه 8 شهر تهران

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

سابقاً بیماریهای خاص (مانند: بیماری مزمن ریوی (COLD)؛ بیماری ایسکمیک قلبی (IHD)؛ بیماری دریچه ای قلب (VHD)؛ بیماری فشارخون (HTN)؛ بیماری چربی های مضر (HLP)؛ بیماری نارسایی قلبی هیپرتروفیک (HCM) و مصرف سیگار؛ بیماری های روحی و روانی (مانند: بیماری زوال عقل)؛ آسیب های عضلانی و مفصلی (مانند: بیرون زدگی دیسک کمر)

گروه های مداخله

1- گروه تمرین 2- گروه کنترل 3- گروه تمرین + مکمل 4- گروه مکمل

متغیرهای پیامد اصلی

مایوستانین- تعادل - اشتها و تمرین مقاومتی در آب

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

ندارد

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20200531047612N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۳۹۹/۰۴/۱۸, 08-07-2020

آخرین بروز رسانی: ۱۳۹۹/۰۴/۱۸, 08-07-2020
تعداد بروز رسانی ها: 0
تاریخ تایید ثبت در مرکز
۱۳۹۹/۰۴/۱۸, 2020-07-08

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

مریم موسوی

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

9092 4432 21 98+

آدرس ایمیل

mousavi6082068@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

۱۳۹۸/۰۷/۲۵, 2019-10-17

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

۱۳۹۸/۰۸/۲۵, 2019-11-16

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

۱۳۹۸/۰۷/۲۵, 2019-10-17

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

۱۳۹۸/۰۹/۲۰, 2019-12-11

تاریخ خاتمه کارآزمایی

۱۳۹۸/۰۹/۲۰, 2019-12-11

عنوان علمی کارآزمایی

تاثیر هشت هفته تمرین مقاومتی درآب به همراه مکملیاری شکلات تلخ بر سطح سرمی مایوستانین، تعادل و اشتهای سالمندان

عنوان عمومی کارآزمایی

اثر هشت هفته تمرین مقاومتی درآب و مصرف شکلات تلخ برمقادیر سرمی مایوستانین، تعادل و اشتهای سالمندان

هدف اصلی مطالعه

سالمندان سالم کم تحرک (شرکت نکردن در فعالیتهای منظم ورزشی در 12 ماه گذشته) بود. 60-73 کم تحرک (شرکت نکردن در فعالیتهای منظم ورزشی در 12 ماه گذشته)

بیماریهای خاص مانند بیماری مزمن ریوی؛ بیماری ایسکمیک قلبی بیماری درجه-ای قلب بیماری فشارخون بیماری چربی-های مضر بیماری نارسایی قلبی هیپرتروفیک مصرف سیگار عدم مصرف مکمل و دارو در یک ماه گذشته بیماری-های روحی و روانی (مانند بیماری زوال عقل) آسیب-های عضلانی و مفصلی (مانند بیرون زدگی دیسک کمر)

از سن 60 ساله تا سن 73 ساله

مونث

مصادق ندارد

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 40

حجم نمونه تحقق یافته: 38

اختصاص تصادفی به گروههای مداخله و کنترل

ساده- با استفاده از جدول اعداد تصادفی- به این ترتیب که با شماره دادن به افراد از 0 تا 40 اولین شماره که بر میخوریم در گروه مداخله اول: گروه تمرین قرار می گیرد، دومین شماره در گروه مداخله دوم: گروه مکمل+تمرین، سومین شماره در گروه مداخله سوم: گروه مکمل و چهارمین شماره در گروه مداخله چهارم یعنی گروه کنترل قرار می گیرد.

کور نشده است

دارو نما

ندارد

موازی

خالی

دانشگاه آزاد اسلامی- واحد علوم و تحقیقات

تهران - انتهای بزرگراه شهید ستاری - میدان دانشگاه - بلوار شهدای حصارک - دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات .

تهران

تهران

۱۴۷۷۸۹۳۸۵۵

تمرین مقاومتی در آب- سالمندان

مایوستانین

قبل از شروع مداخله، بعد از اتمام هشت هفته مداخله

نمونه خونی به روش الیزا توسط کیت مخصوص

تعادل

قبل از شروع مداخله، بعد از اتمام هشت هفته مداخله

انجام تست لک لک

اشتها

قبل از شروع مداخله، بعد از اتمام هشت هفته مداخله

پرسشنامه حالات خلقی اشتها

تمرین مقاومتی در آب

قبل از شروع مداخله، بعد از اتمام هشت هفته مداخله

بر اساس میزان درک تلاش PRE سنجیده می شود.

گروه مداخله 1: گروه تمرین: آزمودنیهای این گروه به مدت هشت هفته تمرین مقاومتی در آب (هفته‌ای سه جلسه، هر جلسه به مدت یک ساعت) انجام دادند.

طبقه بندی

غیره

2

شرح مداخله

گروه مداخله 2: گروه تمرین + مکمل: آزمودنیهای این گروه به مدت هشت هفته تمرین مقاومتی در آب (هفته ای سه جلسه، هر جلسه به مدت یک ساعت) انجام دادند و در این هشت هفته روزانه 30 گرم شکلات تلخ (6 عدد شکلات تلخ 83%، 5 گرمی) دریافت کردند.

طبقه بندی

غیره

3

شرح مداخله

گروه مداخله 3: گروه مکمل: آزمودنی های این گروه هیچگونه فعالیت ورزشی نداشتند و هشت هفته فقط روزانه 30 گرم شکلات تلخ (6 عدد شکلات تلخ 83%، 5 گرمی) دریافت کردند.

طبقه بندی

غیره

4

شرح مداخله

گروه مداخله 4: گروه کنترل: آزمودنیهای این گروه در این مدت هشت هفته هیچگونه فعالیت ورزشی و مصرف مکمل نداشتند و به زندگی عادی خود ادامه دادند.

طبقه بندی

غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

سرای محله و کانون سالمندان منطقه 8 تهران

نام کامل فرد مسوول

مریم موسوی

آدرس خیابان

تهرانپارس- خیابان دماوند- خیابان شهید ملکی

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1651967441

تلفن

5052 7792 21 98+

ایمیل

Mousavi6082068@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

مریم موسوی

آدرس خیابان

تهران - انتهای بزرگراه شهید ستاری - میدان دانشگاه - بلوار شهدای حصارک - دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات .

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

۱۴۷۷۸۹۳۸۵۵

تلفن

9092 4432 21 98+

ایمیل

Mousavi6082068@gmail.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

خیر

عنوان منبع مالی

محقق

درصد تامین 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 تامین کننده اعتبار

موارد دیگر

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

مریم موسوی

موقعیت شغلی

دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

فیزیولوژی

آدرس خیابان

تهران - انتهای بزرگراه شهید ستاری - میدان دانشگاه - بلوار شهدای حصارک - دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات .

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

۱۴۷۷۸۹۳۸۵۵ :

تلفن

9092 4432 21 98+

ایمیل

Mousavi6082068@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
دکتر فرشاد غزالیان
موقعیت شغلی

استاد فیزیولوژی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات

آخرین مدرک تحصیلی
Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی
آدرس خیابان

تهران - انتهای بزرگراه شهید ستاری - میدان دانشگاه - بلوار شهدای حصارک - دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات .

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

۱۴۷۷۸۹۳۸۵۵

تلفن

8495 4486 21 98+

ایمیل

phdghazalian@gmail.com

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
مریم موسوی
موقعیت شغلی
دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی

آدرس خیابان

تهران-شهران- خیابان وسک-کوچه دهم- پلاک 13- طبقه 4.

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1478735185

تلفن

9092 4432 21 98+

فکس

ایمیل

Mousavi6082068@gmail.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

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

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست