

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

تأثیر یک جلسه تمرین قدرتی و پلايومتریک بر برخی از شاخص‌های کوفتگی عضلانی تأخیری مردان تکواندوکار

۱۳۹۱/۰۵/۱۱, 2012-08-01

چکیده پروتکل

چکیده

مقدمه: با توجه به نگرانی‌ها و تناقضات مربوط به آزرده‌گی عضلانی ناشی از تمرینات پلايومتریک، تحقیق حاضر به منظور مقایسه‌ی تأثیر یک جلسه تمرین پلايومتریک و قدرتی با وزنه بر برخی از شاخص‌های زیست‌شیمیایی، التهابی و عملکردی آزرده‌گی عضلانی تأخیری در مردان تکواندوکار انجام می‌شود. روش بررسی: 20 مرد تکواندوکار (با سن 25-28 سال، شاخص توده بدن 18-22 کیلوگرم بر متر مربع و حداقل سه سال سابقه ورزشی) در قالب یک طرح نیمه تجربی دو گروهی با اندازه‌گیری مکرر به طور تصادفی در یک جلسه تمرین قدرتی با وزنه (شش دوره پرس پا و باز کردن زانو با 70% یک تکرار بیشینه) یا پلايومتریک (شش دوره پرس عمقی و جانبی با 70% ارتفاع پرس بیشینه) تا سرحد واماندگی شرکت خواهند کردند. شاخص‌های مربوط به آزرده‌گی عضلانی طی چهار مرحله (10 روز و 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت پس از جلسه تمرین) اندازه‌گیری می‌شود. شاخص‌های کراتین کیناز، پروتئین واکنشگر-C و اینترلوکین-6 سرمی به ترتیب با استفاده از روش فتومتریک، ایمونوتوربیدومتری و آلابزا (به کمک کیت‌های آزمایشگاهی پارس آزمون و بندرمد) اندازه‌گیری می‌شوند. تعداد لکوسیت‌های خون محیطی با استفاده از دستگاه اتونالایزر تعیین می‌شود. شاخص‌های تورم، احساس درد به ترتیب با استفاده از متر نواری منعطف و مقیاس تالاک اندازه‌گیری می‌شوند. انعطاف‌پذیری، قدرت هم‌طول بیشینه، اوج توان عضلات پایین‌تنه نیز به ترتیب با استفاده از آزمون ولز، دینامومتری و پرس سازجنت تعیین خواهد شد. داده‌ها به صورت میانگین و انحراف استاندارد با استفاده از تحلیل واریانس مکرر و پس‌آزمون بونفرونی در سطح معنی‌داری پنج درصد بررسی خواهد شد.

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

افشار جعفری

نام سازمان / نهاد

دانشگاه تبریز

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

3251 1339 41 98+

آدرس ایمیل

ajafari@tabrizu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تحصیلات تکمیلی دانشگاه تبریز

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

۱۳۸۹/۰۶/۰۳, 2010-08-25

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

۱۳۸۹/۰۷/۰۶, 2010-09-28

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر یک جلسه تمرین قدرتی و پلايومتریک بر برخی از شاخص‌های کوفتگی عضلانی تأخیری مردان تکواندوکار

عنوان عمومی کارآزمایی

تأثیر یک جلسه تمرین قدرتی و پلايومتریک بر کوفتگی عضلانی تأخیری

هدف اصلی مطالعه

علوم پایه

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط ورود: مردان سالم؛ تکواندوکار؛ با دامنه سنی 25 تا 28 سال؛
BMI 22-18 کیلوگرم بر متر مربع؛ درصد چربی کمتر از 15 درصد؛
پرش ارتفاع بیشتر از 45 سانتی متر؛ و حداقل 3 سال سابقه ورزشی؛

اطلاعات عمومی

نام اختصاری

PlyoDOMS2011

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT201011304663N5

تاریخ تأیید ثبت در مرکز: ۱۳۹۱/۰۵/۱۱, 01-08-2012

زمان‌بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی:

تعداد بروز رسانی‌ها: 0

تاریخ تأیید ثبت در مرکز

بدون سابقه بیماری و مصرف داروهای ضدالتهابی (طی نشش ماه قبل از شروع مطالعه). شرایط خروج: بیماری؛ آسیب عضلانی؛ مصرف کنترل نشده کافئین (بیش از 100 میلی گرم در روز)؛ مصرف کنترل نشده مکمل‌های ضدآکسایشی؛ و مصرف کنترل نشده داروهای ضدالتهابی (در طی دوره تحقیق).

سن

از سن 25 ساله تا سن 28 ساله

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 20

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

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

دانشگاه علوم پزشکی تبریز

آدرس خیابان

تبریز، خیابان گلگشت، خیابان دانشگاه

شهر

تبریز

کد پستی

تاریخ تایید

1389/06/01, 2010-08-23

کد کمیته اخلاق

8931

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

آسیب ناشی از فعالیت ورزشی

کد ICD-10

M79.1

توصیف کد ICD-10

Myalgia

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

لکوسیت‌های خون محیطی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

حالت پایه، 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از دستگاه اتوآنالایزر

2

شرح متغیر پیامد

آنزیم کراتین کیناز تام سرمی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

حالت پایه، 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با روش فتومتریک با استفاده از کیت های شرکت پارس آزمون

3

شرح متغیر پیامد

اینترلوکین- شش

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

حالت پایه، 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از روش آلیزا اندازه گیری می شود.

4

شرح متغیر پیامد

پروتئین واکنشگر C-

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

حالت پایه، 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده روش ایمونوتوربیدمتریک و کیت پارس آزمون اندازه گیری می شود.

5

شرح متغیر پیامد

احساس درد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

حالت پایه، 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از مقیاس تالاگ اندازه گیری می شود.

6

شرح متغیر پیامد

تورم

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

حالت پایه، 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از متر نواری منعطف اندازه گیری می شود.

7

شرح متغیر پیامد

انعطاف پذیری پایین تنه

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

حالت پایه، 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از آزمون ولز اندازه‌گیری می‌شود.

8

شرح متغیر پیامد

قدرت ایزومتریک پایین تنه

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

حالت پایه، 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از دستگاه دینامومتر اندازه‌گیری می‌شود.

9

شرح متغیر پیامد

توان عضلات پایین تنه

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

حالت پایه، 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از آزمون پرش عمودی سارجنت اندازه‌گیری می‌شود.

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد

لاکتات خون

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

30 دقیقه قبل، بلافاصله پس از جلسه‌ی تمرین اندازه‌گیری می‌شود.

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از دستگاه قابل حمل لاکتات خون اندازه‌گیری می‌شود.

2

شرح متغیر پیامد

اکسیژن مصرفی بیشینه

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

10 روز قبل تمرینات اندازه‌گیری می‌شود.

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از آزمون بروس تعیین می‌شود.

3

شرح متغیر پیامد

میزان درک نسبی تلاش بدنی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و بعد از هر وهله تمرین

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از آزمون بورگ اندازه‌گیری می‌شود.

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

در گروه تمرین قدرتی با وزنه، شنش دروه تمرین و امانده‌ساز بازکردن

زانوو پرس‌ها با دستگاه بدنسازی (با 70% یک تکرار بیشینه) انجام

خواهد شد.

طبقه بندی

غیره

2

شرح مداخله

در گروه تمرین پلایومتریک، 6 دوره تمرین و امانده‌ساز پرش عمقی و

پرش جانبی (با 70% ارتفاع بیشینه پرش) اجرا خواهد شد.

طبقه بندی

غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

هیات تکواندو آذربایجان شرقی

نام کامل فرد مسوول

دکتر افشار جعفری

آدرس خیابان

ایران، آذربایجان شرقی، تبریز

شهر

تبریز

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه تبریز

نام کامل فرد مسوول

دکتر افشار جعفری

آدرس خیابان

تبریز، بلوار 29 بهمن، دانشگاه تبریز، دانشکده تربیت بدنی و علوم

ورزشی

شهر

تبریز

ردیف بودجه

کد بودجه

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

بلی

عنوان منبع مالی

دانشگاه تبریز

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

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

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

دانشگاه تبریز

نام کامل فرد مسوول

دکتر افشار جعفری

موقعیت شغلی

دانشیار فیزیولوژی ورزش مولکولی

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

آدرس خیابان

بریز، بلوار 29 بهمن، دانشگاه تبریز، دانشکده تربیت بدنی و علوم

ورزشی

شهر

تبریز

کد پستی

تلفن

84113393251 98+

فکس

6008 1335 41 98+

ایمیل

ajafari@tabrizu.ac.ir

آدرس صفحه وب