پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۱

تاثیر یک جلسه تمرین قدرتی و پلایومتریک بر برخی از شاخص‌های کوفتگی عضلانی تأخیری مردان تکواندوکا

چکیده پروتکل

چکیده

مقدمه: با توجه به نگرانی‌ها و تناقضات مربوط به آزردگی عضلانی ناشی از تمرینات پلایومتریک، تحقیق حاضر به منظور مقایسه‌ی تاثیر یک جلسه تمرین پلایومتریک و قدرتی با وزنه بر برخی از شاخصهای زیست‌شیمیایی، التهابی و عملکردی آزردگی عضلانی تأخیری در مردان تکواندوکا انجام می شود. روش بررسی: 20 مرد تکواندوکا (با سن 28-25سال، شاخص توده بدن 22-18 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 پلایومتریک (شش دوره پرش عمقی و جانبی با 70% ارتفاع پرش بیشینه) تا سرحد واماندگی شرکت خواهند کردند. شاخص‌های مربوط به آزردگی عضلانی طی چهار مرحله (10 روز و 30 دقیقه قبل، بلافاصله و 24ساعت پس از جلسه‌ی تمرین) اندازه‌گیری می‌شود. شاخص‌های کراتین‌کیناز، پروتئین واکنشگر-C و اینترلوکین-6 سرمی به ترتیب با استفاده از روش فتومتریک، ایمونوتوربیدومتری وآلایزا (به کمک کیت‌های آزمایشگاهی پارس آزمون و بندرمد) اندازه گیری می شوند. تعداد لکوسیت‌های خون محیطي با استفاده از دستگاه اتونالایزر تعیین می شود. شاخص‌های تورم، احساس درد به ترتیب با استفاده از متر نواری منعطف و مقیاس تالاگ اندازه گیری می شوند. انعطاف‌پذیری، قدرت هم‌طول بیشینه، اوج توان عضلات پایین‌تنه نیز به ترتیب با استفاده آزمون ولز، دینامومتری و پرش سارجنت 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 عمومی

نام اختصاری
PlyoDOMS2011
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT201011304663N5**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2012-08-01, ۱۳۹۱/۰۵/۱۱**
زمان‌بندی ثبت: **retrospective**

آخرین بروز رسانی:
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز

2012-08-01, ۱۳۹۱/۰۵/۱۱

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
افشار جعفری
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تبریز
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 41 3251 1339
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
2010-08-25, ۱۳۸۹/۰۶/۰۳
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2010-09-28, ۱۳۸۹/۰۷/۰۶
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
تاثیر یک جلسه تمرین قدرتی و پلایومتریک بر برخی از شاخص‌های کوفتگی عضلانی تأخیری مردان تکواندوکا

عنوان عمومی کارآزمایی
تاثیر یک جلسه تمرین قدرتی و پلایومتریک بر کوفتگی عضلانی تاخیری
هدف اصلی مطالعه
علوم پایه
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط ورود: مردان سالم؛ تکواندوکا؛ 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؛

بدون سابقه بیماری و مصرف داروهای ضدالتهابی (طی شش 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 ضداکسایشی؛ و مصرف کنترل نشده داروهای ضدالتهابی (در طی دوره تحقیق).

سن
از سن **25 ساله** تا سن **28 ساله**

جنسیت
مذکر

فاز مطالعه
مصداق 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
2010-08-23, ۱۳۸۹/۰۶/۰۱

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 محیطي

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 آلایزا 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 اندازه گیری می شود.

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 اندازه گیری می شود.

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 اندازه گیری می شود.

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد
لاکتات خون
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
30 دقیقه قبل، بلافاصله پس از جلسه‌ی تمرین اندازه گیری می شود.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
با استفاده دستگاه قابل حمل لاکتات خون اندازه گیری می‌شود.

2

شرح متغیر پیامد
اکسیژن مصرفی بیشینه
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
10 روز قبل تمرینات اندازه گیری می شود.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
با استفاده از آزمون بروس تعیین می شود.

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 اندازه گیری می شود.

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
در گروه تمرین قدرتی با وزنه، شش دروه تمرین وامانده‌ساز بازکردن زانوو پرس‌پا با دستگاه بدنسازی (با 70% یک تکرار بیشینه) انجام خواهد شد.
طبقه بندی
غیره

2

شرح مداخله
در گروه تمرین پلایومتریک، 6 دوره تمرین وامانده‌ساز 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

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

+98 84113393251

فکس

+98 41 1335 6008

ایمیل

ajafari@tabrizu.ac.ir

آدرس صفحه وب

فرد مسوول به‌روز 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