پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۱

مقایسه اثر یک دوره تمرین مقاومتی با و بدون محدودیت جریان خون عضلانی بر سطح پلاسمایی برخی از شاخص‌های آنزیمی و التهاب خون و ترکیب بدنی مردان بدنساز مبتدی

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

مقایسه اثر یک دوره تمرین مقاومتی با و بدون محدودیت جریان خون عضلانی بر سطح پلاسمایی برخی از شاخص‌های آنزیمی و التهاب خون و ترکیب بدنی مردان بدنساز مبتدی

طراحی

حجم نمونه در این تحقیق 40 نفر بود که بطور تصادفی به 2 گروه تمرین مقاومتی با محدودیت جریان خون و گروه تمرین مقاومتی سنتی تقسیم شد. پس از انجام تمرینات مقاومتی با محدودیت جریان خون و سنتی، از همه نمونه ها دو گروه در آزمایشگاه ، خونگیری بعمل می آید و برخی از عوامل بیوشیمیایی خون در سرم آزمودنی ها مورد تجزیه و تحلیل قرار میگیرد.

نحوه و محل انجام مطالعه

محل انجام مطالعه باشگاه چگینی در قزوین می باشد . هر دو گروه تمرین مقاومتی سنتی و گروه تمرینات مقاومتی با محدودیت جریان خون، سه جلسه در هفته و 90 دقیقه تمرین با شدت کم انجام می شوند که در حین انجام تمرینات تورنیکت بر روی بخش بالایی اندام گروه تمرین مقاومتی با محدودیت جریان خون، بسته خواهدشد.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

شرایط ورود به مطالعه : شامل سن (19 تا 29سال)، جنسیت (مرد) شرایط عدم ورود: 1) نداشتن سابقه بیماری قلبی تنفسی، عضلانی اسکلتی، عصبی، هورمونی و جراحی، 2) عدم تغییر برنامه غذایی روزانه، 3) عدم مصرف مکمل اندروژنیک و انرژی زا طی یکماه قبل از تحقیق

گروه‌های مداخله

گروه تمرین مقاومتی سنتی (20 نفر) و گروه تمرین مقاومتی با محدودیت جریان خون (20 نفر)

متغیرهای پیامد اصلی

شاخص های هماتولوژیکی خون (گلبول سفید و قرمز، نوتروفیل،لنفوسیت،مونوسیت،اوئزونوفیل، هموگلوبین،هماتوکریت،پلاکت ها)، آنزیم های عضلانی (کراتین فسفوکیناز،لاکتات دهیدروژناز)، آنزیم های کبدی (آسپارتات آمینوترانسفراز،آلانین آمینوترانسفراز)، پروتیئن واکنشی سی، اینترلوکین-6 ، هورمون های تستسترون،کورتیزول و رشد. و برخی از عوامل آمادگی جسمانی(قدرت و ترکیب بدن)، میزان متابولسیم پایه

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20180503039517N6**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2021-01-16, ۱۳۹۹/۱۰/۲۷**

زمان‌بندی ثبت: **registered_while_recruiting**

آخرین بروز رسانی: **2021-01-16, ۱۳۹۹/۱۰/۲۷**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2021-01-16, ۱۳۹۹/۱۰/۲۷

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

سلیمان انصاری کلاچاهی

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 13 3375 2906

آدرس ایمیل

solomonansari@phd.iaurasht.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

1399-11-15, ۸۵۵-/۷۸۱/۰۱

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2021-02-18, ۱۳۹۹/۱۱/۳۰

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی
مقایسه اثر یک دوره تمرین مقاومتی با و بدون محدودیت جریان خون عضلانی بر سطح پلاسمایی برخی از شاخص‌های آنزیمی و التهاب خون و ترکیب بدنی مردان بدنساز مبتدی

عنوان عمومی کارآزمایی
مقایسه اثر یک دوره تمرین مقاومتی با و بدون محدودیت جریان خون عضلانی بر سطح پلاسمایی برخی از شاخص‌های آنزیمی و التهاب خون و ترکیب بدنی مردان بدنساز مبتدی
هدف اصلی مطالعه
موارد دیگر
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سن (19-29 سال) جنسیت (مرد) داشتن حداکثر 3 ماه سابقه تمرین در ورزش بدنسازی
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سیگار کشیدن داشتن سابقه بیماری های قلبی تنفسی، عضلانی اسکلتی، عصبی، هورمونی و جراحی مصرف مکمل های اندروژنیک و انرژی زا طی یکماه قبل از تحقیق
سن
از سن **19 ساله** تا سن **29 ساله**
جنسیت
مذکر

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه

- شرکت کننده
- ارزیابی کننده پیامد

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **40**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
۴۰ مرد بدنساز با روش نمونه گیری در دسترس انتخاب خواهندشد. از طریق قرعه کشی (اسامی شرکت کنندگان روی کاغذ نوشته شد و از طریق قرعه کشی تصادفی به دو گروه تجربی و کنترل تقسیم خواهند شد)
کور سازی (به نظر محقق)
دو سویه کور
توصیف نحوه کور سازی
در این تحقیق شرکت کنندگان از گروه تخصیص یافته به خود و سایر شرکت کنندگان بی اطلاع هستند. ساعت تمرینی مجزا برای هر گروه درنظر گرفته شده است. مسئول جمع آوری و پردازش داده ها نیز از نوع مداخله و افراد شر کت کننده در گروه های تحقیق بی اطلاع می باشند.
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 دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت
آدرس خیابان
بلوار لاکان ، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
۴۱۴۷۶۵۴۹۱۹
تاریخ تایید
2020-04-23, ۱۳۹۹/۰۲/۰۴
کد کمیته اخلاق
IR.IAU.RASHT.REC.1399.033

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
استفاده از کاتسو در تمرینات بدنسازی و اثر آن بر عوامل بیوشیمیایی خون
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
سطو ح آنزیم های عضلانی (CK، LDH)
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
48 ساعت قبل و بعد از اعمال مداخله تمرینی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
به صورت 12 ساعت ناشتا به صورت نمونه خون وریدی بازویی با کمک سرنگ به میزان 5 میلی لیتر، در وضعیت نشسته بر روی صندلی انجام خواهد شد.

2

شرح متغیر پیامد
شاخص های التهابی (پروتئین واکنشی سی، اینترلوکین-6)
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
48 ساعت قبل و بعد از اعمال مداخله تمرینی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
به صورت 12 ساعت ناشتا به صورت نمونه خون وریدی بازویی با کمک سرنگ به میزان 5 میلی لیتر، در وضعیت نشسته بر روی صندلی انجام خواهد شد.

3

شرح متغیر پیامد
شاخص های هماتولوژیکی خون (گلبول سفید و قرمز و پلاکت ها)
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
48 ساعت قبل و بعد از اعمال مداخله تمرینی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
به صورت 12 ساعت ناشتا به صورت نمونه خون وریدی بازویی با کمک سرنگ به میزان 5 میلی لیتر، در وضعیت نشسته بر روی صندلی انجام خواهد شد.

4

شرح متغیر پیامد

برخی عوامل آمادگی جسمانی(قدرت، ترکیب بدن)

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

48 ساعت قبل و بعد از اعمال مداخله تمرینی

نحوه اندازه‌گیری متغیر

به صورت 12 ساعت ناشتا به صورت نمونه خون وریدی بازویی با کمک سرنگ به میزان 5 میلی لیتر، در وضعیت نشسته بر روی صندلی انجام خواهد شد.

5

شرح متغیر پیامد

هورمون های رشد،کورتیزول،تستسترون

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

48 ساعت قبل و بعد از اعمال مداخله تمرینی

نحوه اندازه‌گیری متغیر

به صورت 12 ساعت ناشتا به صورت نمونه خون وریدی بازویی با کمک سرنگ به میزان 5 میلی لیتر، در وضعیت نشسته بر روی صندلی انجام خواهد شد.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: گروه تمرین مقاومتی با کاتسو، سه جلسه در هفته وهر جلسه 90 دقیقه تمرین خواهد کرد. روش انجام تمرینات بدین صورت است که ابتدای هر جلسه 10 دقیقه گرم کردن با دوی نرم و حرکات کششی انجام می شود. در ادامه، تمرینات اصلی بدین صورت است که با شدت کم یعنی با شدت 25 تا 30 درصد 1RM انجام می شود که در حین انجام تمرینات تورنیکت بر روی بخش بالایی اندام بسته می شود. فشار موردنظر برای تورنیکت 100 میلی متر جیوه تنظیم می شود که بر اساس پژوهش ها، این میزان فشار باعث محدود کردن نیمی از جریان خون می شود.

طبقه بندی

غیره

2

شرح مداخله

گروه کنترل: شامل تمرینات مقاومتی سنتی با شدت 70 تا 75 درصد 1RM به مدت 90 دقیقه و برای هر دوره استراحت بین ست 1 دقیقه و بین حرکت 2 دقیقه، گرم کردن 10 دقیقه و سرد کردن 5 دقیقه درنظر گرفته شد. تمرینات جلوبازو با دمبل (جفت دست)، لت، پشت ران، جلو ران، ساق پا با دستگاه، پرس پا، هاگ پا، اسکات با هالتر، پشت بازو با دمبل (جفت دست)، سرشانه هالتر از جلو و پشت (اسمیت)، جلو بازو با هالتر، جلو بازو دمبل نشسته تک دست. هرکدام در 3 ست 10 تکرار است

طبقه بندی

غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

Qazvin Chegini Sports Club

نام کامل فرد مسوول

شهرام غلامرضایی

آدرس خیابان

قزوین- کوی دانش -باشگاه چگینی

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

4419865615

تلفن

+98 13 3375 2906

ایمیل

solomonansari@yahoo.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

علیرضا صیداوی

آدرس خیابان

بلوار لاکان ، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

۴۱۴۷۶۵۴۹۱۹

تلفن

+98 13 3375 2906

ایمیل

solomonansari@yahoo.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

بلی

عنوان منبع مالی

دانشگاه آزاد اسلامی

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

دانشگاهی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

سلیمان انصاری کلاچاهی

موقعیت شغلی

دکتر غیر هیئت علمی

آخرین مدرک تحصیلی
متخصص
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
پزشکی ورزشی
آدرس خیابان
بلوار پروفسور سمیعی، جنب رستوران اسپارو، ساختمان ادیب صابر، طبقه دو
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
4193193933
تلفن
+98 13 3375 2906
ایمیل
solomonansari@yahoo.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
سلیمان انصاری کلاچاهی
موقعیت شغلی
متخصص غیر هیئت علمی
آخرین مدرک تحصیلی
متخصص
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
پزشکی ورزشی
آدرس خیابان
بلوار پروفسور سمیعی، جنب رستوران اسپارو، ساختمان ادیب صابر، طبقه دو
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
4193193933
تلفن
+98 13 3375 2906
ایمیل
solomonansari@yahoo.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه آزاد اسلامی
نام کامل فرد مسوول
سلیمان انصاری کلاچاهی
موقعیت شغلی
متخصص غیر هیئت علمی
آخرین مدرک تحصیلی
متخصص
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
پزشکی ورزشی
آدرس خیابان
بلوار پروفسور سمیعی، جنب رستوران اسپارو، ساختمان ادیب صابر، طبقه دو
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
4193193933
تلفن
+98 13 3375 2906
ایمیل
solomonansari@yahoo.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD
اطلاعات بیشتری وجود ندارد
پروتکل مطالعه
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
نقشه آنالیز آماری
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
فرم رضایتنامه آگاهانه
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
گزارش مطالعه بالینی
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
داده های خام و داده های پردازش شده
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
شروع دوره دسترسی از سال 1401
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
محققین دانشگاهی، همکاران تحقیق و شرکت کنندگان
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
استفاده از نتایج و داده های تحقیق در تحقیقات متاآنالیز آینده
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
مولف مسئول
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
درخواست از محقق از طریق ایمیل
سایر توضیحات