

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۸

## بررسی تاثیر ورزش درمانی در بهبود درد، پوسچر، قدرت عضلانی، انعطاف پذیری ودامنه حرکتی شانه در بیماران مبتلا به سندروم Overuse شانه در مقایسه با فیزیوتراپی

### چکیده پروتکل

#### چکیده

کلیه بیماران که بر اساس معاینات انجام شده برای آنها تشخیص سندرم overuse شانه مطرح شده و معیارهای خروج از مطالعه را ندارند در مطالعه شرکت داده می شوند. قبل از شروع مداخله درمانی شدت درد، پوسچر، قدرت عضلانی و انعطاف پذیری و دامنه حرکتی بیماران ارزیابی می شود. شدت درد با استفاده از VAS اندازه گیری می شود. وضعیت اسکاپولا با دو روش اندازه گیری میشود در یکی پروترکشن و چرخش کتف با روش لمس مارکرها و اندازه گیری فواصل بین آنها و با استفاده از فرمولهای مربوطه محاسبه می شود و در روش دیگر بوسیله scapular lateral slide test وضعیت اسکاپولا ارزیابی می شود. پوسچر شانه وقتی فرد صاف ایستاده با اندازه گیری فاصله انتهای قدامی زانده آکرومیون تا دیوار با یک خط کش مخصوص double square برحسب میلی متر اندازه گیری می گردد. برای انحنای مید توراسیک با خط کش قابل انعطاف (Flexi ruler) انحنای بین T2 و T12 اندازه گیری می گردد و با فرمول مربوطه محاسبه می شود. برای پوسچر سرزایه بین خط افقی که از C7 می گذرد و خط دوم که از زانده شوکی C7 به تراگوس گوش می رود بوسیله نقاله اندازه گیری می شود. قدرت ایزومتریک عضلات پری اسکاپولار بوسیله دینامومتر (hand held dynameter) محاسبه می شود. طول عضله پکتورالیس مینور با کمک دو روش ارزیابی می گردد در روش اول در حالیکه فرد روی تخت می خوابد فاصله تخت تا لبه خارجی خلفی آکرومیون بوسیله گونیا اندازه گیری می شود و در روش دوم فاصله بین دو anatomical landmark یعنی زاویه داخلی تحتانی (medial-inferior) زانده کوراکوئید (Coracoid process) و لبه خارجی محل اتصال دنده چهارم به استرنوم با کولیس (Vernier calliper) اندازه گیری می شود. جهت ارزیابی حرکات شانه، دامنه حرکات Abduction و External Rotation توسط گونیومتر بر اساس روش کندال ارزیابی می شود. در این تحقیق دو گروه درمانی وجود دارد که نمونه ها به طور تصادفی در گروه ها قرار خواهند گرفت. گروه اول، گروه ورزش درمانی یا (ET Exercise therapy) است که افراد آن طی سه روز در هفته تحت درمان با برنامه ورزشی به مدت 6 هفته قرار خواهند گرفت. برنامه ورزشی این گروه شامل حرکات ورزشی تقویتی، کششی و پروپریوسپتیو با تاکید بر Scapular Stabilization است. گروه دوم، گروه فیزیوتراپی یا (PT Physical Therapy) است که افراد آن طی سه روز در هفته تحت درمان های متداول با مدالیته های Conventional TENS و Ultrasound به مدت 18 جلسه (سه جلسه در هفته و به مدت 6 هفته) قرار می گیرند. در نهایت نتیجه

مداخله مورد نظر در دو گروه روی شدت درد، پوسچر، قدرت عضلانی، انعطاف پذیری و دامنه حرکتی بیماران ارزیابی می شود.

### اطلاعات عمومی

#### نام اختصاری

Exercise therapy & Physical modalities in shoulder overuse syndrom

#### اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT201111025486N2

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 17-01-2012, 1390/10/27

زمان بندی ثبت: registered\_while\_recruiting

آخرین بروز رسانی:

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

17-01-2012, 1390/10/27

### اطلاعات تماس ثبت کننده

#### نام

آذر معزی

#### نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی ایران

#### کشور

جمهوری اسلامی ایران

#### تلفن

+98 21 6435 2446

#### آدرس ایمیل

moeziazr@sina.tums.ac.ir

### وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

#### منبع مالی

دانشگاه علوم پزشکی تهران

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

01-01-2012, 1390/10/11

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

10-01-2013, 1391/10/21

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته  
خالی  
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته  
خالی  
تاریخ خاتمه کارآزمایی  
خالی

شهر  
تهران  
کد پستی  
1449614525  
تاریخ تایید  
1390/09/28, 2011-12-19  
کد کمیته اخلاق  
90/ص / 130 / 1992

#### عنوان علمی کارآزمایی

بررسی تاثیر ورزش درمانی در بهبود درد، پوسچر، قدرت عضلانی، انعطاف پذیری و دامنه حرکتی شانه در بیماران مبتلا به سندروم Overuse شانه در مقایسه با فیزیوتراپی

#### عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی تاثیر ورزش درمانی در بهبود درد، پوسچر، قدرت عضلانی، انعطاف پذیری و دامنه حرکتی شانه در بیماران مبتلا به سندروم Overuse شانه در مقایسه با فیزیوتراپی

#### هدف اصلی مطالعه

درمانی

#### شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط ورود به پژوهش ( Inclusion Criteria ) ابتدا به سندروم کار مفراط شانه ( یک طرفه یا دو طرفه ) بر اساس تاریخچه بیمار، انجام معاینه پزشکی، سن 20 تا 50 سال، وضعیت متعادل روحی، عدم سابقه ماکروتروما و ضایعات حاد، عدم سابقه جراحی مفصل شانه، عدم سابقه شکستگی و دررفتگی در مفصل شانه و بازو شرایط خروج از پژوهش ( Exclusion Criteria ) عدم تمایل بیمار برای ادامه برنامه درمانی، ابتلا به بیماری هایی که امکان شرکت در مطالعه را مختل سازد، غیبت بیمار در جلسات درمانی

#### سن

از سن 20 ساله تا سن 50 ساله

#### جنسیت

هر دو

#### فاز مطالعه

مصادق ندارد

#### گروه های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

#### حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش بینی شده: 70

#### تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه های مداخله و کنترل

#### توصیف نحوه تصادفی سازی

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

#### توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

#### اختصاص به گروه های مطالعه

موازی

#### سایر مشخصات طراحی مطالعه

#### کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین المللی

خالی

#### تاییدیه کمیته های اخلاق

#### 1

#### کمیته اخلاق

#### نام کمیته اخلاق

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

#### آدرس خیابان

بلوار کشاورز نیش خیابان قدس

#### بیماری های (موضوعات) مورد مطالعه

#### 1

#### شرح

بیماری سندرم کار مفراط شانه

#### کد ICD-10

M75.4

#### توصیف کد ICD-10

Impingement syndrome of shoulder

#### متغیر پیامد اولیه

#### 1

#### شرح متغیر پیامد

درد

#### مقاطع زمانی اندازه گیری

قبل از مداخله

#### نحوه اندازه گیری متغیر

معیار ارزیابی درد

#### 2

#### شرح متغیر پیامد

طول عضله پکتورالیس مینور

#### مقاطع زمانی اندازه گیری

قبل از مداخله

#### نحوه اندازه گیری متغیر

اندازه گیری طول عضله با کولیس

#### 3

#### شرح متغیر پیامد

دامنه حرکتی مفصل شانه

#### مقاطع زمانی اندازه گیری

قبل از مداخله

#### نحوه اندازه گیری متغیر

اندازه گیری گونیومتریک حرکات ابداکشن و چرخش خارجی شانه

#### 4

#### شرح متغیر پیامد

پوسچر

#### مقاطع زمانی اندازه گیری

قبل از مداخله

#### نحوه اندازه گیری متغیر

ارزیابی وضعیت سر، شانه، کتف و انحنای میدتوراسیک

#### متغیر پیامد ثانویه

خالی

## گروه‌های مداخله

1

### شرح مداخله

نحوه مداخله در گروه دوم یا فیزیوتراپی: گروه دوم، گروه فیزیوتراپی است که افراد آن طی سه روز در هفته تحت درمان های متداول با مدالیتة های Conventional TENS واولتراسون به مدت 18 جلسه ( سه جلسه در هفته و به مدت 6 هفته ) قرار می گیرند .

طبقه بندی  
توانبخشی

2

### شرح مداخله

نحوه اعمال مداخله برای گروه اول یا ورزش درمانی گروه اول، گروه ورزش درمانی است که افراد آن طی سه روز در هفته تحت درمان با برنامه ورزشی به مدت 6 هفته قرار خواهند گرفت. برنامه ورزشی این گروه شامل حرکات ورزشی تقویتی، کششی و پروپریوسپتیو با تاکید بر ورزش های پایدارکننده کتف است. نحوه انجام برنامه های ورزشی و تکنیک صحیح انجام ورزشی به طور کامل برای افراد گروه ورزش درمانی آموزش داده خواهد شد و علاوه بر این یک جزوه آموزشی نیز در اختیار آنان قرار خواهد گرفت که نحوه و تعداد حرکات ورزشی در آن به طور کامل همراه با تصویر موجود است. ورزش های تقویتی روی تقویت عضلات پر اسکاپولار و اسکاپولا باسوئیس بال و تراباند تاکید دارد. شایان ذکر است که برنامه ورزشی پیشنهادی در برنامه روتین ورزشی شناگر گنجانده می شود. بدین ترتیب که پس از 20 تا 30 دقیقه گرم کردن بدن در استخر و انجام برنامه متداول تمرینی ورزشکار به تمرینات پیشنهادی با باسوئیس بال و تراباند می پردازد. در جلسه آموزشی با استفاده از نوار های الاستیک مختلف قدرت عضلات وی بررسی می گردد تا نوار الاستیک مناسب برای بیمار تعیین گردد. هم چنین در برنامه پیشنهادی ورزشی، یک سری حرکات کششی (Stretching Exercises) برای عضلات عضلات قدام قفسه سینه (پکتورال ها) و اینترنال روتاتور های شانه ها گنجانده شده است.

طبقه بندی  
توانبخشی

## مراکز بیمار گیری

1

### مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

کلینیک سنج پزشکی ورزشی - مرکز آموزشی درمانی حضرت رسول

نام کامل فرد مسوول

دکتر سعید سپهری فر

آدرس خیابان

خیابان نیایش

شهر

تهران

## حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی تهران

نام کامل فرد مسوول

دفتر کارشناسان معاونت پژوهشی - خانم علمدار

آدرس خیابان

بلوار کشاورز نبش قدس

شهر

تهران

ردیف بودجه

Vice Chancellor for Research-Tehran University of Medical Sciences

کد بودجه

90-01-30-13144

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

بلی

عنوان منبع مالی

معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی تهران

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

نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی تهران

نام کامل فرد مسوول

دکتر آذر معزی

موقعیت شغلی

PhD- استادیار

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

آدرس خیابان

بزرگراه همت - دانشگاه علوم پزشکی تهران - دانشکده پزشکی -

دفتر گروه پزشکی ورزشی

شهر

تهران

کد پستی

تلفن

3424 8294 21 98+

فکس

ایمیل

moeziazr@sina.tums.ac.ir

آدرس صفحه وب

## فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی تهران

نام کامل فرد مسوول

دکتر آذر معزی

موقعیت شغلی

PhD- استادیار

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

آدرس خیابان

بزرگراه همت - دانشگاه علوم پزشکی تهران - دانشکده پزشکی -

دفتر گروه پزشکی ورزشی

شهر

تهران

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

کد پستی  
تلفن  
3424 8294 21 98+  
فکس  
ایمیل  
moeziazr@sina.tums.ac.ir  
آدرس صفحه وب

**فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات**

**اطلاعات تماس**

**برنامه انتشار**