

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۱۱

## ارزشیابی اثر آموزش بهداشت خواب و موسیقی درمانی بر کیفیت خواب افراد مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس (ام اس)

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

تعیین ارزشیابی اثر آموزش بهداشت خواب و موسیقی درمانی بر کیفیت خواب مبتلایان به مولتیپل اسکلروزیس

#### طراحی

کارآزمایی بالینی بدون گروه کنترل، بدون کورسازی، حجم نمونه 50 نفر به صورت مستمر

#### نحوه و محل انجام مطالعه

در انجمن ام اس افراد دارای معیارهای ورود به شیوه مستمر انتخاب کرده پس از رسیدن به حجم نمونه به چهار گروه تقسیم شده و آموزش این چهار گروه در یک روز اما در ساعات مختلف انجام میشود. پس از تکمیل پرسشنامه پیش آزمون، آموزش لازم جهت طریقه استفاده از موسیقی گوش دادن به مدت دو هفته هر شب به مدت 30-45 دقیقه قبل از خواب بدون هدفون داده می-شود همچنین در مورد بهداشت خواب نیز توضیحات بطور حضوری ارائه می-شود جزوه آموزشی و موسیقی در اختیار نمونه ها قرار داده خواهد شد پس از پایان مداخله پس آزمون پر خواهد شد.

#### شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

معیارهای ورود داشتن تلفن همراه هوشمند، سواد خواندن و نوشتن، عدم اختلال شنوایی، نمره PSQI بیشتر از پنج، سنین بین 20 تا 40 سال، نبودن در دوره عود و تشدید علائم، عدم وجود مشکل ارتباطی و شناختی، عدم وجود بیماریهای دیگر غیر از ام اس معیارهای عدم ورود گوش ندادن 3 شب متوالی و یا متناوب به موسیقی، عدم تمایل به ادامه مشارکت، بیماری که طی مداخله دارای اختلالات و بیماری شناخته شده جسمی-روانی جدی، تغییر روند درمان و داروها عود بیماری، شرکت در برنامه ها یا درمان های موثر بر خواب به طور همزمان، فوت بیمار

#### گروه های مداخله

مداخله شامل موسیقی درمانی و آموزش بهداشت خواب می باشد. که یک موسیقی به مدت 30-45 دقیقه هر شب قبل از خواب به مدت 2 هفته گوش داده می شود و آموزش بهداشت خواب به صورت آموزش حضوری و ارائه جزوه بهداشت خواب می باشد.

#### متغیرهای پیامد اصلی

بهبود کیفیت خواب

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20211023052853N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 16-11-2021, ۱۴۰۰/۰۸/۲۵

زمان بندی ثبت: prospective

آخرین بروز رسانی: 16-11-2021, ۱۴۰۰/۰۸/۲۵

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

16-11-2021, ۱۴۰۰/۰۸/۲۵

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

فاطمه صادقی

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 21 4613 8509

آدرس ایمیل

fatemeh.sadeghi.1393@gmail.com

#### وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2021-12-22, ۱۴۰۰/۱۰/۰۱

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2022-04-19, ۱۴۰۱/۰۱/۳۰

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

#### عنوان علمی کارآزمایی

ارزشیابی اثر آموزش بهداشت خواب و موسیقی درمانی بر کیفیت خواب افراد مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس (ام اس)

#### عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی اثر آموزش بهداشت خواب و موسیقی بر کیفیت خواب مبتلایان

### اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

**شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه**

**شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:**

- داشتن تلفن - همراه هوشمند با قابلیت پخش موسیقی و داشتن شبکه اجتماعی و توانایی استفاده از آن دارای سواد خواندن و نوشتن عدم اختلال شنوایی نمره PSQI بیشتر از پنج سنین بین 20 تا 40 سال نبودن در دوره عود و تشدید علائم عدم وجود مشکل ارتباطی و شناختی (با اظهار نظر و پرونده بیمار) عدم وجود بیماری‌های دیگر غیر از ام - اس

**شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:**  
بیماری شناخته شده جسمی - روانی جدی شرکت در برنامه ها یا درمان های موثر بر خواب

**سن**

از سن 20 ساله تا سن 40 ساله

**جنسیت**

هر دو

**فاز مطالعه**

مصادق ندارد

**گروه‌های کور شده در مطالعه**

اطلاعات موجود نیست

**حجم نمونه کل**

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 50

**تصادفی سازی (نظر محقق)**

مصادق ندارد

**توصیف نحوه تصادفی سازی**

**کور سازی (به نظر محقق)**

کور نشده است

**توصیف نحوه کور سازی**

**دارو نما**

ندارد

**اختصاص به گروه‌های مطالعه**

تنها

**سایر مشخصات طراحی مطالعه**

**کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی**

خالی

**تاییدیه کمیته‌های اخلاق**

**1**

**کمیته اخلاق**

**نام کمیته اخلاق**

کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی ایران

**آدرس خیابان**

جنت آباد مرکزی، خیابان شاهین شمالی، خیابان بصارتی، کوچه شب بو، بن بست داریوش، پلاک 2، واحد 7

**شهر**

تهران

**استان**

تهران

**کد پستی**

1475775931

**تاریخ تایید**

2021-10-26, 1400/08/04

**کد کمیته اخلاق**

IR.IUMS.REC.1400.665

**1**

**شرح**

مولتیپل اسکلروزیس (ام اس)

**کد ICD-10**

G35

**توصیف کد ICD-10**

Multiple sclerosis

**متغیر پیامد اولیه**

**1**

**شرح متغیر پیامد**

نمره کیفیت خواب در پرسشنامه پیتزبورگ

**مقاطع زمانی اندازه‌گیری**

قبل از شروع مداخله و 14 روز پس از شروع مداخله

**نحوه اندازه‌گیری متغیر**

پرسشنامه کیفیت خواب پیتزبورگ

**متغیر پیامد ثانویه**

خالی

**گروه‌های مداخله**

**1**

**شرح مداخله**

گروه مداخله: برای انجام این پژوهش که یک مطالعه نیمه تجربی تک گروهی با پیش-آزمون\_ پس-آزمون می-باشد، پژوهشگر پس از اخذ مجوز از کمیته اخلاق و اخذ مجوز اجرای پژوهش از دانشگاه علوم پزشکی ایران به دلیل پاندمی کرونا با رعایت کامل پروتکل-های بهداشتی به محیط پژوهش که انجمن ام-اس ایران است مراجعه می کند و بعد از هماهنگی با مسئولین مربوطه در انجمن ام-اس و کسب اجازه از آن-ها در آن مرکز در مورد اهداف پژوهش به آن-ها کامل توضیح داده خواهد شد و در صورت تمایل آن-ها برای شرکت در پژوهش فرم رضایت آگاهانه توسط آن-ها تکمیل خواهد شد. کسانی را که دارای معیارهای ورود به پژوهش هستند به شیوه مستمر انتخاب کرده که بر اساس فرمول آماری 50 نفر است. پس از رسیدن به حجم نمونه بدلیل پاندمی کرونا آموزش به نمونه ها در یک فضای مناسب با رعایت فاصله و پروتکل‌های بهداشتی به صورت حضوری انجام می شود. به دلیل زیاد بودن تعداد نمونه ها جهت آموزش و یادگیری بهتر و رعایت فاصله اجتماعی نمونه ها به چهار گروه تقسیم شده و آموزش این چهار گروه در یک روز اما در ساعات مختلف انجام میشود. هماهنگی با نمونه ها جهت تاریخ و ساعت برگزاری جلسه آموزش انجام می-گیرد. پس از تشکیل جلسه پیش آزمون که شامل دو پرسشنامه 1- اطلاعات جمعیت شناختی و 2- پرسشنامه پیتزبورگ به صورت حضوری در انجمن ام-اس تکمیل می-گردد زمان اختصاص داده شده جهت پر کردن این پرسشنامه 10-5 دقیقه است. و سپس بعد از جمع آوری پرسشنامه ها در خصوص بهداشت خواب و نحوه استفاده از موسیقی آموزش لازم بصورت حضوری که شامل دراز کشیدن در یک وضعیت راحت و بستن چشمان قبل از شروع گوش دادن به موسیقی بدون کلام و آرام-بخش و تمرکز بر آن از نظر ذهنی که با صدای طبیعت همراه است انجام میشود لازم بذکر است که موسیقی بدون کلام و فقط صدای طبیعت بوده و دارای مجوز از وزارت ارشاد می باشد در ضمن آموزش لازم جهت طریقه استفاده از موسیقی گوش دادن به مدت دو هفته هرشب به مدت 30-45 دقیقه قبل از خواب بدون هدفون داده می-شود همچنین در مورد بهداشت خواب نیز توضیحات بطور حضوری ارائه می-شود آموزش بهداشت خواب شامل: آموزش داشتن روتین خواب،

آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟  
بلی  
**عنوان منبع مالی**  
دانشگاه علوم پزشکی ایران  
**درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع**  
100  
**بخش عمومی یا خصوصی**  
عمومی  
**مبدأ اعتبار از داخل یا خارج کشور**  
داخلی  
**طبقه بندی منابع اعتبار خارجی**  
خالی  
**کشور مبدأ**  
**طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار**  
دانشگاهی

## فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

**اطلاعات تماس**  
**نام سازمان / نهاد**  
دانشگاه علوم پزشکی ایران  
**نام کامل فرد مسوول**  
فاطمه صادقی  
**موقعیت شغلی**  
دانشجو کارشناسی ارشد پرستاری توانبخشی  
**آخرین مدرک تحصیلی**  
لیسانس  
**سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها**  
پرستاری  
**آدرس خیابان**  
جنت آباد، خیابان شاهین شمالی، خیابان بصارتی، کوچه شب بو، بن بست داریوش، پلاک 2، واحد 7  
**شهر**  
تهران  
**استان**  
تهران  
**کد پستی**  
1475775931  
**تلفن**  
8509 4613 21 98+  
**ایمیل**  
fatemeh.sadeghi.1393@gmail.com

## فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

**اطلاعات تماس**  
**نام سازمان / نهاد**  
دانشگاه علوم پزشکی ایران  
**نام کامل فرد مسوول**  
فاطمه صادقی  
**موقعیت شغلی**  
دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری توانبخشی  
**آخرین مدرک تحصیلی**  
لیسانس  
**سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها**  
پرستاری  
**آدرس خیابان**  
جنت آباد، خیابان شاهین شمالی، خیابان بصارتی، کوچه شب بو، بن بست داریوش، پلاک 2، واحد 7  
**شهر**  
تهران  
**استان**

خواهید در زمان احساس خواب آلودگی، خودداری از مصرف کافئین و نیکوتین و مصرف الکل قبل از خواب، استفاده از تخت فقط برای خواب و رابطه جنسی، چرت نزدن در طول روز، دوش گرفتن، تماشای نکردن ساعت، ورزش، تغذیه سالم و متعادل، فضای مناسب، حفظ برنامه روزانه می‌باشد. جزوه آموزشی و موسیقی بدون کلام در اختیار نمونه‌ها قرار داده خواهد شد در ضمن تلفن تماس پژوهشگر نیز جهت رفع هرگونه ابهام و سوال در اختیار نمونه‌ها قرار می‌گیرد تا پژوهشگر از طریق تماس تلفنی جهت کنترل وضعیت نمونه‌ها پیگیری کند پس از پایان مداخله پس از آزمون به علت شیوع پاندمی کرونا به شیوه الکترونیک توسط افراد نمونه پرخواهد شد. بعد از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها، داده‌ها و نمره‌های مربوط به هر یک از بخش‌های پرسشنامه محاسبه می‌گردد.

**طبقه بندی**  
توانبخشی

## مراکز بیمار گیری

1

**مرکز بیمار گیری**  
**نام مرکز بیمار گیری**  
انجمن ام اس ایران  
**نام کامل فرد مسوول**  
فاطمه صادقی  
**آدرس خیابان**  
خیابان انقلاب، خیابان وصال شیرازی، کوچه شهید محمد شمس، پلاک ۳۵  
**شهر**  
تهران  
**استان**  
تهران  
**کد پستی**  
1416864731  
**تلفن**  
1187 6695 21 98+  
**ایمیل**  
fatemeh.sadeghi.1393@gmail.com

## حمایت کنندگان / منابع مالی

1

**حمایت کننده مالی**  
**نام سازمان / نهاد**  
دانشگاه علوم پزشکی ایران  
**نام کامل فرد مسوول**  
حسین کیوانی  
**آدرس خیابان**  
تهران، خیابان ولی عصر (عج)، بالاتر از میدان ونک، خیابان رشید یاسمی  
**شهر**  
تهران  
**استان**  
تهران  
**کد پستی**  
۱۹۹۶۷۱۳۸۸۳  
**تلفن**  
1000 4365 21 98+  
**ایمیل**  
fnm@iums.ac.ir  
**ردیف بودجه**  
**کد بودجه**

## برنامه انتشار

### فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

### پروتکل مطالعه

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

### نقشه آنالیز آماری

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

### فرم رضایتنامه آگاهانه

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

### گزارش مطالعه بالینی

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

### کدهای استفاده شده در آنالیز

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

### نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

### عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند

کل داده‌های بالقوه پس از غیرقابل شناسایی کردن افراد قابل اشتراک گذاری است.

### بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

داده‌ها پس از چاپ مقاله امکان انتشار دارند

### کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

محدودیتی برای دسترسی نیست

### به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده

است

در مطالعات ثانویه و برای محققین قابل استفاده می‌باشد

### برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود

اطلاعات به صورت فایل پیوست شده به مقاله در دسترس خواهد بود

### یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

به وسیله جستجو

### سایر توضیحات

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

### اطلاعات تماس

#### نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی ایران

#### نام کامل فرد مسوول

فاطمه صادقی

#### موقعیت شغلی

دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری توانبخشی

#### آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

#### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

پرستاری

#### آدرس خیابان

جنت آباد، خیابان شاهین شمالی، خیابان بصارتی، کوچه شب بو، بن

بست داریوش، پلاک 2، واحد 7

#### شهر

تهران

#### استان

تهران

#### کد پستی

1475775931

#### تلفن

8509 4613 21 98+

#### ایمیل