

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

مقایسه تاثیر تمرینات ثبات دهنده گردن با و بدون تمرینات تحرک بخشی ناحیه توراسیک بر درد، دامنه حرکتی، استقامت عضلانی، حس عمقی گردن و پاسچر زنان دارای گردن دردمزن و سر به جلو

زمان بندی ثبت: retrospective

## چکیده پروتکل

### هدف از مطالعه

مقایسه تاثیر تمرینات ثبات دهنده گردن با و بدون تمرینات تحرک بخشی ناحیه توراسیک بر درد، دامنه حرکتی، استقامت عضلانی، حس عمقی گردن و پاسچر زنان دارای گردن دردمزن و سر به جلو

### طراحی

حجم نمونه با استفاده از نرم افزار G-POWER - تصادفی سازی با روش بلوک های تصادفی 1 به نسبت 1:1 صورت گرفت - تحقیق نیمه تجربی حاضر سه گروهی - یک سوپه کور - با طرح تحقیق به صورت پیش آزمون پس آزمون با دو گروه مداخله و یک گروه کنترل انجام شد.

### نحوه و محل انجام مطالعه

به صورت یک سوپه کور در باشگاه ورزشی به مدت 8 هفته انجام گرفت.

### شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

زنان 25 تا 50 سال - افراد دارای گردن درد مزمن غیراختصاصی که به طور مداوم حداقل سه ماه گردن درد داشته باشند. - از نظر میزان درد، کسب رتبه بین 3-7 در سیستم درجه بندی بصری درد - دارا بودن نمره شاخص ناتوانی متوسط، بین 30-15 یا 30% تا 60% نمره کل تعدیل شده از پرسشنامه مربوط به ناتوانی عملکردی گردن - گردن دردی که پزشک متخصص علت خاصی برای آن ذکر نکرده باشد. - افراد دارای پوسچر سر به جلو

### گروه های مداخله

به صورت تصادفی به سه گروه 12 نفری تقسیم شدند. گروه اول تمرینات ثبات دهنده گردن، گروه دوم تمرینات ثبات دهنده گردن و موبیلیتی توراسیک و گروه سوم گروه کنترل بودند.

### متغیرهای پیامد اصلی

متغیر مستقل: برنامه تمرینات اصلاحی ثبات دهنده گردن برنامه تمرینات موبیلیتی ناحیه توراسیک متغیر وابسته: درد گردن، دامنه حرکتی گردن - استقامت عضلات گردن - حس عمقی گردن - پوسچر

## اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20220305054193N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۴۰۲/۰۲/۱۴, 04-05-2023

آخرین بروز رسانی: 04-05-2023, ۱۴۰۲/۰۲/۱۴

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

۱۴۰۲/۰۲/۱۴, 2023-05-04

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

زهرا محمودآبادی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

0977 3750 25 98+

آدرس ایمیل

zahramahmoudabadi@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

۱۴۰۰/۰۸/۲۰, 2021-11-11

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

۱۴۰۰/۱۱/۰۱, 2022-01-21

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

۱۴۰۰/۰۸/۱۰, 2021-11-01

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

۱۴۰۰/۱۱/۰۱, 2022-01-21

تاریخ خاتمه کارآزمایی

۱۴۰۰/۱۱/۰۱, 2022-01-21

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه تاثیر تمرینات ثبات دهنده گردن با و بدون تمرینات تحرک بخشی ناحیه توراسیک بر درد، دامنه حرکتی، استقامت عضلانی، حس عمقی گردن و پاسچر زنان دارای گردن دردمزن و سر به جلو

عنوان عمومی کارآزمایی

3713695585  
تاریخ تایید  
2021-09-24, ۱۴۰۰/۰۷/۰۲  
کد کمیته اخلاق  
SSRI.REC-2107-1144

مقایسه تاثیر تمرینات ثبات دهنده گردن با و بدون تمرینات تحرک بخشی ناحیه توراسیک بر درد، دامنه حرکتی، استقامت عضلانی، حس عمقی گردن و پاسچر زنان دارای گردن دردمزمن و سر به جلو  
هدف اصلی مطالعه  
درمانی

## بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

### 1

شرح  
گردن درد مزمن و پوسچر سر به جلو  
کد ICD-10  
M50  
توصیف کد ICD-10  
Cervical disc disorders

## متغیر پیامد اولیه

### 1

شرح متغیر پیامد  
برنامه تمرینات اصلاحی ثبات دهنده گردن با و بدون تمرینات مویلیتی ناحیه توراسیک بر درد گردن-دامنه حرکتی گردن-استقامت عضلات گردن-حس عمقی گردن و پوسچر سر به جلو  
مقاطع زمانی اندازه‌گیری  
قبل از شروع و پس از 8 هفته اندازه‌گیری شد  
نحوه اندازه‌گیری متغیر  
دوربین دیجیتال جهت عکس برداری و سنجش پوسچر-پرسشنامه شاخص ناتوانی گردن جهت سنجش میزان ناتوانی گردن-مقیاس بصری درد (VAS) جهت سنجش میزان درد- گونیاموتر جهت سنجش دامنه حرکتی-لیزر و هد بند جهت سنجش حس عمقی-ابزار بیوفیدبک فشارسنجی جهت سنجش استقامت عضلات عمقی گردن-وزنه 3.600 کیلو گرمی جهت استقامت عملکردی گردن-وزنه و دمبل و کش و توپ بزرگ و فوم رول جهت تمرینات

## متغیر پیامد ثانویه

### 1

شرح متغیر پیامد  
میزان سر به جلو- درد- ناتوانی- استقامت-حس عمقی  
مقاطع زمانی اندازه‌گیری  
قبل از شروع مداخله و پایان مداخله ( هشت هفته)  
نحوه اندازه‌گیری متغیر  
سر به جلو با استفاده از دوربین فیلم برداری و نرم افزار کینوا- استقامت با استفاده از آزمون پاپل- حس عمقی با استفاده از نشانه گر لیزر - درد با استفاده از مقیاس بصری درد و ناتوانی با استفاده از فرم ndi

## گروه‌های مداخله

### 1

شرح مداخله  
گروه مداخله: 1 تمرینات ثبات دهنده گردن  
طبقه بندی  
توانبخشی

## شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

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

زنان 25 تا 50 سال - افراد دارای گردن درد مزمن غیراختصاصی کسب رتبه مناسب درد و نمره شاخص ناتوانی متوسط افراد دارای پوسچر سر به جلو

### شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

داشتن هرگونه سابقه شکستگی و جراحی در مفصل شانه میزان زاویه کرانیوورتمبرال کمتر از 45 درجه و بیشتر از 60 درجه عدم شرکت منظم در برنامه های تمرینی به مدت دو جلسه به صورت متوالی و سه جلسه به صورت غیرمتوالی جراحی ستون فقرات وجود آسیب ساختاری مشخص در گردن

### سن

از سن 25 ساله تا سن 50 ساله

### جنسیت

مونت

### فاز مطالعه

مصادق ندارد

### گروه‌های کور شده در مطالعه

• شرکت کننده

### حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 36

حجم نمونه تحقق یافته: 36

### تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

### توصیف نحوه تصادفی سازی

تصادفی سازی بلوکی

### کور سازی (به نظر محقق)

یک سوپه کور

### توصیف نحوه کور سازی

شرکت کنندگان از نوع و هدف مداخلات و ارزیابی ها مطلع نبودند.

### 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 پژوهشگاه علوم ورزشی ایران

### آدرس خیابان

خیابان 19 دی- خیابان بیطرفان- کوچه بیطرفان 3- کوچه شهید

تراپیان- رویه روی تراپیان 2- منزل عمرانی

### شهر

قم

### استان

قم

### کد پستی

2

**شرح مداخله**

گروه مداخله: 2 تمرینات ثبات دهنده با موبیلیتی توراسیک

**طبقه بندی**

توانبخشی

3

**شرح مداخله**

گروه کنترل: 3 گروه کنترل فقط رهنمود آموزشی دریافت کردند.

**طبقه بندی**

پیشگیری

**مراکز بیمار گیری**

1

**مرکز بیمار گیری**

نام مرکز بیمار گیری

باشگاه وینر

نام کامل فرد مسوول

زهرا محمودآبادی

آدرس خیابان

میدان شهید دقایقی- ابتدای بلوار انصار الحسین- پلاک 8

شهر

قم

استان

قم

کد پستی

3713695585

تلفن

0977 3750 25 98+

ایمیل

zahramahmoudabadi@gmail.com

آدرس صفحه وب

**حمایت کنندگان / منابع مالی**

1

**حمایت کننده مالی**

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

نام کامل فرد مسوول

زهرا محمودآبادی

آدرس خیابان

خیابان ۱۹ دی-خیابان شهید بیطرفان-۳- روبه روی ترابیان ۲- پلاک ۳۲

شهر

قم

استان

قم

کد پستی

3713695585

تلفن

0977 3750 25 98+

ایمیل

zahramahmoudabadi@gmail.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

خیر

**عنوان منبع مالی**

زهرا محمودآبادی

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

اشخاص

**فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی**

**اطلاعات تماس**

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

نام کامل فرد مسوول

زهرا محمودآبادی

موقعیت شغلی

دانشجو ارشد

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

حرکات اصلاحی و آسیب شناسی

آدرس خیابان

میدان شهید دقایقی- ابتدای بلوار انصار الحسین- پلاک 8

شهر

قم

استان

قم

کد پستی

3713695585

تلفن

0977 3750 25 98+

ایمیل

zahramahmoudabadi@gmail.com

**فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه**

**اطلاعات تماس**

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

نام کامل فرد مسوول

زهرا محمودآبادی

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

حرکات اصلاحی

آدرس خیابان

خیابان 19 دی- خیابان بیطرفان-3- کوچه شهید ترابیان

شهر

قم

استان

قم

کد پستی

3713695585

تلفن

0977 3750 25 98+

فکس

ایمیل

zahramahmoudabadi@gmail.com

کد پستی

371365585

تلفن

0977 3750 25 98+

فکس

ایمیل

zahramahmoudabadi@gmail.com

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

نام کامل فرد مسوول

زهره محمودآبادی

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

حرکات اصلاحی

آدرس خیابان

خیابان 19 دی- خیابان بیطرفان 3- کوچه شهید ترابیان

شهر

قم

استان

قم

### برنامه انتشار

#### فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

#### پروتکل مطالعه

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

#### نقشه آنالیز آماری

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

#### فرم رضایتنامه آگاهانه

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

#### گزارش مطالعه بالینی

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

#### کدهای استفاده شده در آنالیز

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

#### نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست