

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۸

## تأثیر هشت هفته برنامه تمرین اصلاحی با استفاده از رویکرد سهرمن بر درد مزمن شانه و گردن زنان کادر آموزش

زمان بندی ثبت: registered\_while\_recruiting

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

تأثیر هشت هفته برنامه تمرین اصلاحی با استفاده از رویکرد سهرمن بر درد مزمن شانه و گردن زنان کادر آموزش

#### طراحی

100 نفر زن معلم در این مطالعه شرکت خواهند کرد. آنها به طور هدفمند بر اساس معیارهای ورود و خروج انتخاب و به طور تصادفی به چهار گروه تقسیم خواهند شد.

#### نحوه و محل انجام مطالعه

همه افراد ارزیابی می شوند سپس گروه های مداخله تمرینات به مدت هشت هفته و هر هفته سه جلسه (هر جلسه 60 دقیقه)؛ شامل 10 دقیقه گرم کردن، تمرینات (30 تا 40 دقیقه) و 10 دقیقه سرد کردن اجرا خواهد شد.

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

معیار های ورود: جنسیت زن دامنه سنی 30-50 درد مزمن در شانه و گردن شرکت داوطلبانه و ارائه رضایت نامه عدم جراحی در اندام فوقانی نداشتن سابقه آسیب و بیماری در اندام فوقانی عدم استفاده از دارو مسکن نداشتن فعالیت های ورزشی با شدت بالا معیار های خروج: افرادی که حین مطالعه دچار آسیب شوند. برنامه تمرینی را کامل انجام ندهند. دو جلسه غیبت متوالی و سه جلسه غیبت در کل مصرف دارویی که بر متغیرها اثر بگذارد. داشتن فعالیت های ورزشی با شدت بالا

#### گروه های مداخله

گروه اول: افرادی که دیسک و آرتروز خفیف دارند، تمرینات را به صورت حضوری اجرا خواهند کرد. گروه دوم: افرادی که درد مزمن شانه و گردن دارند، تمرینات را به صورت حضوری اجرا خواهند کرد. گروه سوم: افرادی که درد مزمن شانه و گردن دارند، تمرینات را به صورت آنلاین اجرا خواهند کرد. گروه کنترل: افرادی که درد مزمن شانه و گردن دارند، هیچ برنامه تمرینی انجام نخواهند داد.

#### متغیرهای پیامد اصلی

متغیر مستقل: تمرینات مجازی تمرینات حضوری متغیر وابسته: درد مزمن شانه درد مزمن گردن کیفیت زندگی تعادل و توزیع فشار کف پا

### اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20220611055135N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۴۰۱/۰۴/۰۴, 25-06-2022

آخرین بروز رسانی: 25-06-2022, ۱۴۰۱/۰۴/۰۴

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2022-06-25, ۱۴۰۱/۰۴/۰۴

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

ساناز تقی پور

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهرکرد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

4401 3232 38 98+

آدرس ایمیل

sanaz.taghipour1995@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2022-06-22, ۱۴۰۱/۰۴/۰۱

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2022-09-22, ۱۴۰۱/۰۶/۳۱

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر هشت هفته برنامه تمرین اصلاحی با استفاده از رویکرد سهرمن بر درد مزمن شانه و گردن زنان کادر آموزش

عنوان عمومی کارآزمایی

تأثیر هشت هفته برنامه تمرین اصلاحی با استفاده از رویکرد سهرمن بر درد مزمن شانه و گردن زنان کادر آموزش

درمانی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

جنسیت زن دامنه سنی 50-30 درد مزمن در شانه و گردن عدم جراحی در اندام فوقانی نداشتن سابقه آسیب و بیماری در اندام فوقانی عدم استفاده از داروهای مسکن نداشتن فعالیت های ورزشی با شدت بالا شرکت داوطلبانه و ارائه رضایت نامه

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

افرادی که حین مطالعه دچار آسیب شوند. برنامه تمرینی را کامل انجام ندهند. دو جلسه غیبت متوالی و سه جلسه غیبت در کل مصرف دارویی که بر متغیرها اثر بگذارد. داشتن فعالیت های ورزشی با شدت بالا جراحی در اندام فوقانی

سن

از سن 30 ساله تا سن 50 ساله

جنسیت

مونث

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش بینی شده: 100

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

با نمونه گیری تصادفی ساده به صورت فردی با کمک برنامه تحت وب (randomizer.org) به سه گروه مداخله و یک گروه کنترل تخصیص می یابند. یکی از اعضای تیم تحقیق غیر درگیر در انتخاب نمونه ها، توالی تخصیص تصادفی را با استفاده از برنامه کامپیوتری تعیین خواهد نمود.

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

تأییدیه کمیته های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه شهرکرد

آدرس خیابان

ایران، استان چهارمحال و بختیاری، شهر شهرکرد، بلوار

رهبان، دانشگاه شهرکرد

شهر

شهرکرد

استان

چهارمحال و بختیاری

کد پستی

8818634141

تاریخ تأیید

1400/12/21, 2022-03-12

کد کمیته اخلاق

بیماری های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

درد مزمن شانه و گردن

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

ارزیابی فعالیت بدنی-کیفیت زندگی-ارزیابی درد شانه و گردن-تعادل و

توزیع فشار کف پا

مقاطع زمانی اندازه گیری

پیش از مداخله و پس از مداخله

نحوه اندازه گیری متغیر

پرسشنامه بین المللی فعالیت های بدنی، پرسشنامه کیفیت

زندگی SF-36، پرسشنامه نوردیک، پرسشنامه مقیاس دیداری درد

VAS، پرسشنامه درد و ناتوانی گردن، پرسشنامه درد و ناتوانی

شانه، فوت اسکن

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: هشت هفته و هر هفته سه جلسه، انجام تمرینات اصلاحی

با رویکرد سهرمن

طبقه بندی

توانبخشی

2

شرح مداخله

گروه کنترل: این گروه فعالیت های روزانه معمول خود را انجام می

دهند.

طبقه بندی

توانبخشی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

دانشگاه شهرکرد

نام کامل فرد مسوول

ساناز تقی پور

آدرس خیابان

ایران، استان چهارمحال و بختیاری، شهر شهرکرد، بلوار

رهبان، دانشگاه شهرکرد

شهر

شهرکرد

**آدرس خیابان**  
ایران، استان چهار محال و بختیاری، شهر شهرکرد، بلوار  
رهبر، دانشگاه شهرکرد  
**شهر**  
شهرکرد  
**استان**  
چهار محال و بختیاری  
**کد پستی**  
8818634141  
**تلفن**  
4401 3232 38 98+  
**ایمیل**  
b.mohammadi@sku.ac.ir

**استان**  
چهار محال و بختیاری  
**کد پستی**  
8818634141  
**تلفن**  
4401 3232 38 98+  
**ایمیل**  
sanaz.taghipour1995@gmail.com

## حمایت کنندگان / منابع مالی

1

### فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

**اطلاعات تماس**  
**نام سازمان / نهاد**  
دانشگاه شهرکرد  
**نام کامل فرد مسوول**  
ساناز تقی پور  
**موقعیت شغلی**  
دانشجو  
**آخرین مدرک تحصیلی**  
لیسانس  
**سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها**  
علوم ورزشی  
**آدرس خیابان**  
ایران، استان چهار محال و بختیاری، شهر شهرکرد، بلوار  
رهبر، دانشگاه شهرکرد  
**شهر**  
شهرکرد  
**استان**  
چهار محال و بختیاری  
**کد پستی**  
8818634141  
**تلفن**  
4401 3232 38 98+  
**ایمیل**  
sanaz.taghipour1995@gmail.com

### فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

**اطلاعات تماس**  
**نام سازمان / نهاد**  
دانشگاه شهرکرد  
**نام کامل فرد مسوول**  
ساناز تقی پور  
**موقعیت شغلی**  
دانشجو  
**آخرین مدرک تحصیلی**  
لیسانس  
**سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها**  
علوم ورزشی  
**آدرس خیابان**  
ایران، استان چهار محال و بختیاری، شهر شهرکرد، بلوار  
رهبر، دانشگاه شهرکرد  
**شهر**  
شهرکرد  
**استان**  
چهار محال و بختیاری  
**کد پستی**

**حمایت کننده مالی**  
**نام سازمان / نهاد**  
دانشگاه شهرکرد  
**نام کامل فرد مسوول**  
ساناز تقی پور  
**آدرس خیابان**  
ایران، استان چهار محال و بختیاری، شهر شهرکرد، بلوار  
رهبر، دانشگاه شهرکرد  
**شهر**  
شهرکرد  
**استان**  
چهار محال و بختیاری  
**کد پستی**  
8818634141  
**تلفن**  
4401 3232 38 98+  
**ایمیل**  
sanaz.taghipour1995@gmail.com

**ردیف بودجه**  
**کد بودجه**  
**آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟**  
بلی  
**عنوان منبع مالی**  
دانشگاه شهرکرد  
**درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع**  
50  
**بخش عمومی یا خصوصی**  
عمومی  
**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 شهرکرد  
**نام کامل فرد مسوول**  
بنفشه محمدی  
**موقعیت شغلی**  
استادیار  
**آخرین مدرک تحصیلی**  
Ph.D  
**سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها**  
بیومکانیک ورزشی

8818634141

تلفن

4401 3232 38 98+

ایمیل

sanaz.taghipour1995@gmail.com

## برنامه انتشار

### فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

### توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD

اطلاعات افراد محرمانه خواهد ماند و بنده فقط حق نشر نتیجه به

عنوان گروهی را دارم.

### 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

اطلاعات فقط به صورت گروهی نشر داده خواهد شد.

### بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

داده‌ها به صورت گروهی و پس از مداخله گزارش داده خواهد شد.

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

محققین دانشگاهی و علمی

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

است

گزارش گروهی

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

sanaz.taghipour1995@gmail.com

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

ذکر کاربرد مستندات به ایمیل

sanaz.taghipour1995@gmail.com

سایر توضیحات