

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

## مقایسه اثر مکمل یاری کوتاه مدت سیر و زنجبیل بر روی کوفتگی عضلانی تاخیری و آسیب عضلانی ناشی از یک جلسه تمرین مقاومتی پیشرونده در زنان میانسال غیر فعال

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

هدف پژوهش مقایسه اثر مکمل یاری کوتاه مدت سیر و زنجبیل بر روی کوفتگی عضلانی تاخیری و آسیب عضلانی ناشی از یک جلسه تمرین مقاومتی پیشرونده در زنان میانسال غیر فعال می باشد.

#### طراحی

کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی، یک سوبه کور، تصادفی شده، فاز 3 بر روی 21 بیمار. برای تصادفی سازی ساده از روش قرعه کشی استفاده خواهد شد.

#### نحوه و محل انجام مطالعه

در جلسه اول، تمرینات مقاومتی کل بدن در سالن ورزشی شهرستان چالوس انجام خواهد شد. سپس نمونه های خونی و شاخص های عملکردی درک درد عضلانی اندازه گیری شده و آزمودنی ها به صورت تصادفی و کور شده (با استفاده از بسته بندی مشابه برای مکمل ها) در یکی از 3 گروه مداخله قرار خواهند گرفت و به مدت 14 روز مکمل مصرف میکنند. جلسه دوم، مشابه جلسه اول برگزار خواهد شد.

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

زنان میانسال سالم غیر فعال با دامنه سنی 35 تا 55 سالگی، عدم ابتلا به انواع بیماری ها و یا آسیب ها، عدم هرگونه حساسیت یا آلرژی به مکمل های تحقیق

#### گروه های مداخله

گروه مداخله اول: همراه با مداخله تمرین ورزشی، مکمل زنجبیل که روزانه 2 عدد کیسول 500 میلی گرمی زنجبیل تولیدی کارخانه دارویی شرکت گل دارو را در 2 وعده غذایی همراه با 250 میلی لیتر آب مصرف میکنند. گروه مداخله دوم: همراه با مداخله تمرین ورزشی، مکمل سیر که روزانه 2 عدد کیسول 500 میلی گرمی سیر تولیدی کارخانه دارویی شرکت گل دارو را در 2 وعده غذایی همراه با 250 میلی لیتر آب مصرف میکنند. گروه مداخله سوم: همراه با مداخله تمرین ورزشی، دارونما که روزانه 2 عدد کیسول 500 میلی گرمی نشاسته تولیدی کارخانه دارویی شرکت گل دارو را در 2 وعده غذایی همراه با 250 میلی لیتر آب مصرف میکنند.

#### متغیرهای پیامد اصلی

سطح لاکتات دهیدروژناز، سطح کراتین کیناز، محیط دور ران، دامنه حرکتی مفصل زانو، میزان درک درد عضلانی

### اطلاعات عمومی

#### علت بروز رسانی

#### نام اختصاری

#### اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20230805059042N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 07-09-2023, ۱۴۰۲/۰۶/۱۶

زمان بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی: 07-09-2023, ۱۴۰۲/۰۶/۱۶

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

07-09-2023, ۱۴۰۲/۰۶/۱۶

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

#### نام

محیا هدائی

#### نام سازمان / نهاد

#### کشور

جمهوری اسلامی ایران

#### تلفن

+98 11 5423 7182

#### آدرس ایمیل

mahya.hodaei@gmail.com

#### وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

#### منبع مالی

#### تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2023-08-12, ۱۴۰۲/۰۵/۲۱

#### تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2023-08-17, ۱۴۰۲/۰۵/۲۶

#### تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

#### عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه اثر مکمل یاری کوتاه مدت سیر و زنجبیل بر روی کوفتگی

## تأییدیه کمیته‌های اخلاق

عضلانی تاخیری و آسیب عضلانی ناشی از یک جلسه تمرین مقاومتی پیشرونده در زنان میانسال غیر فعال

### عنوان عمومی کارآزمایی

مقایسه اثر مکمل یاری سیر و زنجبیل بر روی کوفتگی عضلانی تاخیری و آسیب عضلانی

### هدف اصلی مطالعه

درمانی

### شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

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

زنان میانسال سالم غیر فعال با دامنه سنی 35 تا 55 سالگی داشتن BMI در محدوده 26 تا 30

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

ابتلا به انواع بیماری‌ها و یا آسیب‌های عضلانی - اسکلتی ابتلا به بیماری‌های خاص و زمینه‌ای (دیابت، بیماری‌های قلبی عروقی، بیماری‌های غدد، اختلال فشار خون (هایپرتنشن یا هایپوتنشن) و غیره.....) مصرف سیگار یا الکل استفاده از داروهای ضد التهاب، استروئیدی و غیر استروئیدی به مدت حداقل 2 ماه قبل استفاده از هر گونه مکمل آنتی اکسیدانی در 6 ماه قبل از شروع تحقیق هرگونه حساسیت یا آلرژی به مکمل‌های تحقیق سابقه فعالیت بدنی یا ورزشی منظم در شش ماه قبل از شروع تحقیق

### سن

از سن 35 ساله تا سن 55 ساله

### جنسیت

مونث

### فاز مطالعه

3

### گروه‌های کور شده در مطالعه

- شرکت کننده

### حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 21

### تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

### توصیف نحوه تصادفی سازی

پس از تعیین سن و هم‌تا شدن شرکت کننده‌ها، به روش تصادفی ساده گروه‌بندی خواهند شد. به این شکل که 3 پاکت شماره شامل پاکت شماره 1، پاکت شماره 2 و پاکت شماره 3 برای 3 گروه مکمل زنجبیل، مکمل سیر و مکمل نشاسته در نظر گرفته میشود و قرعه کشی توسط فردی غیر از محقق انجام خواهد گرفت.

### کور سازی (به نظر محقق)

یک سوپه کور

### توصیف نحوه کور سازی

در مطالعه حاضر شرکت کنندگان کور نگه داشته شده اند. هدف و دلیل انجام پژوهش برای شرکت کنندگان در جلسه توجیهی توضیح داده خواهد شد و سپس فرم رضایت نامه آگاهانه از شرکت کننده‌ها گرفته میشود. شرکت کننده‌ها مطلع نخواهند شد که در کدام یک از گروه‌های مصرف مکمل سیر، زنجبیل یا نشاسته قرار میگیرند. مداخله در سه گروه از نظر شکل و رنگ و بو و طریقه مصرف مکمل‌ها و همچنین جلسات تمرینی کاملاً مشابه است.

### دارو نما

دارد

### اختصاص به گروه‌های مطالعه

موازی

### سایر مشخصات طراحی مطالعه

## کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

### 1

#### کمیته اخلاق

#### نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن

#### آدرس خیابان

کیلومتر ۳ جاده چالوس-ولی آباد، مجتمع دانشگاه آزاد اسلامی

تنکابن

#### شهر

تنکابن

#### استان

مازندران

#### کد پستی

4684161167

#### تاریخ تأیید

2023-07-11, ۱۴۰۲/۰۴/۲۰

#### کد کمیته اخلاق

IR.IAU.TON.REC.1402.043

## بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

### 1

#### شرح

کوفتگی عضلانی تاخیری و آسیب عضلانی

#### کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

## متغیر پیامد اولیه

### 1

#### شرح متغیر پیامد

سطح لاکتات دهیدروژناز

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و 14 روز بعد از انجام مداخله (در هر نوبت

بلافاصله پس از تمرین)

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

نمونه‌گیری خونی از ورید پیش‌آرنجی بعد از جلسه تمرینی

### 2

#### شرح متغیر پیامد

سطح کراتین کیناز

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و 14 روز بعد از انجام مداخله (در هر نوبت

بلافاصله پس از تمرین)

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

نمونه‌گیری خونی از ورید پیش‌آرنجی بعد از جلسه تمرینی

## متغیر پیامد ثانویه

### 1

#### شرح متغیر پیامد

محیط دور ران

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از مداخله و 14 روز بعد از انجام مداخله (در هر نوبت، بلافاصله و

24 ساعت بعد از تمرین)

نحوه اندازه‌گیری متغیر  
متر نواری

آدرس خیابان  
خیابان امام، کوچه سلامت، شبکه بهداشت و بیمارستان طالقانی  
شهر  
چالوس  
استان  
مازندران  
کد پستی  
4661619373  
تلفن  
0413 5219 11 98+  
ایمیل  
behdashtchalos@yahoo.com

2

شرح متغیر پیامد  
دامنه حرکتی مفصل زانو  
مقاطع زمانی اندازه‌گیری  
قبل از مداخله و 14 روز بعد از انجام مداخله (در هر نوبت، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین)  
نحوه اندازه‌گیری متغیر  
گونیا متر

3

## حمایت کنندگان / منابع مالی

شرح متغیر پیامد

میزان درک درد عضلانی  
مقاطع زمانی اندازه‌گیری  
قبل از مداخله و 14 روز بعد از انجام مداخله (در هر نوبت، بلافاصله و 24 ساعت بعد از تمرین)  
نحوه اندازه‌گیری متغیر  
پرسشنامه Visual Analogue Scale

1

حمایت کننده مالی  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه آزاد اسلامی  
نام کامل فرد مسوول  
سمانه دامن پاک  
آدرس خیابان  
کیلومتر ۳ جاده چالوس- ولی آباد، مجتمع دانشگاه آزاد اسلامی  
تنکابن

شهر

تنکابن

استان

مازندران

کد پستی

4684161167

تلفن

5041 545 930 98+

ایمیل

sdamanpak@gmail.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

عنوان منبع مالی

دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن

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

محیا هدائی

موقعیت شغلی

دانشجو

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

شبکه بهداشت و درمان شهرستان چالوس-بیمارستان آیت الله طالقانی

نام کامل فرد مسوول

فاطمه سلطانی فر

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

محیا هدائی

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

فیزیولوژی

آدرس خیابان

بلوار فردوسی شرقی، شهرک الهیه، ورودی اول، پلاک 17

شهر

تنکابن

استان

مازندران

کد پستی

4681769778

تلفن

7182 5423 11 98+

ایمیل

mahya.hodaiei@gmail.com

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

فیزیولوژی

آدرس خیابان

بلوار فردوسی شرقی، شهرک الهیه، ورودی اول، پلاک 17

شهر

تنکابن

استان

مازندران

کد پستی

4681769778

تلفن

7182 5423 11 98+

ایمیل

mahya.hodaiei@gmail.com

## فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه آزاد اسلامی

نام کامل فرد مسوول

محیا هدائی

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

فیزیولوژی

آدرس خیابان

بلوار فردوسی شرقی، شهرک الهیه، ورودی اول، پلاک 17

شهر

تنکابن

استان

مازندران

کد پستی

4681769778

تلفن

7182 5423 11 98+

ایمیل

mahya.hodaiei@gmail.com

## برنامه انتشار

### فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

هنوز تصمیم نگرفته ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

### پروتکل مطالعه

هنوز تصمیم نگرفته ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

### نقشه آنالیز آماری

هنوز تصمیم نگرفته ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

### فرم رضایتنامه آگاهانه

هنوز تصمیم نگرفته ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

### گزارش مطالعه بالینی

هنوز تصمیم نگرفته ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

### کدهای استفاده شده در آنالیز

هنوز تصمیم نگرفته ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

### نظام دسته بندی داده (دیکشنری داده)

هنوز تصمیم نگرفته ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست