پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۸

اثر هشت هفته تمرینات ثبات عصبی عضلانی پویا بر راستای ستون فقرات، نمرات آزمون غربالگری حرکات عملکردی ، تعادل و سلامت عمومی زنان غیر فعال خانه دار میانسال: کارآزمایی بالینی

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
هشت هفته تمرینات ثبات عصبی عضلانی پویا بر راستای ستون فقرات ،تعادل، نمره آزمون غربالگری عملکرد حرکتی و سلامت عمومی زنان غیر فعال خانه دار میانسال اثر دارد.
طراحی
کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی ، تصادفی شده، 40 فرد سالم. برای تصادفی سازی از قرعه کشی استفاده شد.
نحوه و محل انجام مطالعه
مکان شخصی محقق،اندازه گیری قد و وزن،ثبت سن . پرسشنامه-سلامت-عمومی-GHQ-28 ، آزمون تعادل Y ،آزمون عمکرد حرکتی (FMS) اندازه گیری خواهد شد
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
معیارهای ورود: سن آزمودنی بین 40 تا 55 سال، تجربه خانه داری حداقل 5 سال، حداقل 1 زایمان و حداکثر 3، ساکن شهر تهران نداشتن شغل خارج از منزل ، عدم بارداری در دوره ی پژوهش، در صورت وجود درد مزمن غیر اختصاصی داشتن نمره حداکثر 4 از معیار وس پرسش نامه ی آمادگی برای فعالیت بدنی(قرار گرفتن در وضعیت مطلوب) ، عدم سوابق بیماری های ارتوپدی در 7 سال گذشته،دیابت، پارکینسون، سرطان، مشکل بینوایی. معیارهای خروج: عدم تمایل شخص به ادامه، غیبت بیش از 3 جلسه، عدم حضور در پس آزمون، عدم توانایی شخص برای انجام تمرینات و آزمون ها
گروه‌های مداخله
آزمودنی های گروه تجربی تمرینات ثبات عصبی عضلانی پویا را انجام خواهند داد. بدین صورت که تمرینات آنان سه نوبت در هفته، هر جلسه حدودا 60 دقیقه و به مدت هشت هفته انجام خواهد گرفت. آزمودنی های گروه کنترل هم به صورت همزمان هیچ مداخله ای نداشته و زندگی عادی خود را انجام می دهند
متغیرهای پیامد اصلی
زاویه لوردوز و کایفوز، تعادل، عملکرد حرکتی، سلامت عمومی زنان خانه دار میانسال

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20240103060606N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2024-03-08, ۱۴۰۲/۱۲/۱۸**
زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2024-03-08, ۱۴۰۲/۱۲/۱۸**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2024-03-08, ۱۴۰۲/۱۲/۱۸

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
مرضیه حری فراهانی
نام سازمان / نهاد
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 21 7775 3453
آدرس ایمیل
m.horrifarahani@mail.sbu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2024-04-08, ۱۴۰۳/۰۱/۲۰
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2024-04-17, ۱۴۰۳/۰۱/۲۹
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
اثر هشت هفته تمرینات ثبات عصبی عضلانی پویا بر راستای ستون فقرات، نمرات آزمون غربالگری حرکات عملکردی ، تعادل و سلامت عمومی زنان غیر فعال خانه دار میانسال: کارآزمایی بالینی

عنوان عمومی کارآزمایی

اثر تمرینات ثبات عصبی عضلانی پویا بر راستای ستون فقرات، نمرات آزمون غربالگری حرکات عملکردی ، تعادل و سلامت عمومی زنان غیر فعال خانه دار میانسال: کارآزمایی بالینی

هدف اصلی مطالعه

حمایتی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

سن آزمودنی بین 40 تا 55 سال تجربه خانه داری حداقل 5 سال حداقل 1 زایمان و حداکثر 3 ساکن شهر تهران در صورت وجود درد مزمن غیر اختصاصی داشتن نمره حداکثر 4 از معیار وس پرسش نامه ی آمادگی برای فعالیت بدنی(قرار گرفتن در وضعیت مطلوب)

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

بارداری در دوره ی پژوهش داشتن شغل خارج از منزل دیابت سرطان پارکینسون مشکل بینایی

سن

از سن **40 ساله** تا سن **55 ساله**

جنسیت

مونث

فاز مطالعه

مصداق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: **40**

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

نمونه گیری هدفمند و دردسترس بر اساس معیار های ورود و قرار دادن در دو گروه مداخله و کنترل به صورتی تصادفی با استفاده از قرعه کشی

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

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

کارگروه اخلاق در پژوهش پژوهشگاه علوم ورزشی

آدرس خیابان

خیابان استاد مطهری ،خیابان میرعماد، کوچه پنجم، پلاک ۳

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1587958711

تاریخ تایید

2023-11-14, ۱۴۰۲/۰۸/۲۳

کد کمیته اخلاق

(SSRI.REC-2307-2347 (R1

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

بیمار نیستند

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

زاویه انحنای پشتی (کایفوز)

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و 8 هفته پس از شروع تمرینات

نحوه اندازه‌گیری متغیر

خط کش منعطف 60 سانتی متری برای زاویه کایفوز ساخت کشور ایران

2

شرح متغیر پیامد

زاویه لوردوز

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و 8 هفته پس از شروع تمرینات

نحوه اندازه‌گیری متغیر

خط کش منعطف 60 سانتی متری برای زاویه کایفوز ساخت کشور ایران

3

شرح متغیر پیامد

نمره آزمون غربالگری عملکرد حرکتی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و 8 هفته پس از شروع تمرینات

نحوه اندازه‌گیری متغیر

کیت استاندارد آزمون غربالگری عملکرد حرکتی

4

شرح متغیر پیامد

سلامت عمومی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و 8 هفته پس از شروع تمرینات

نحوه اندازه‌گیری متغیر

پرسشنامه استاندارد 28 سوالی سلامت عمومی گلدبرگ و هیلرا

5

شرح متغیر پیامد

تعادل پویا

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و 8 هفته پس از شروع تمرینات

نحوه اندازه‌گیری متغیر

کیت استاندارد آزمون تعادلی وای

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: انجام تمرینات ثبات عصبی عضلانی پویا، به مدت 8 هفته، 3 جلسه در هر هفته، مدت زمان تمرین 1 ساعت، ده دقیقه گرم کردن، 10 دقیقه سرد کردن، 40 دقیقه تمرینات اصلی. به منظور افزایش بار تمرین از دمبل، کش، توپ پیلاتس استفاده می شود. تمرینات ثبات عصبی عضلانی پویا یک مفهوم در حال تکامل در زمینه توانبخشی است. این تمرینات بر روی کل سیستم تثبیت کننده ستون فقرات همراه با فعال سازی بهینه دیافراگم و حرکت مناسب اندام ها کار می کند.
طبقه بندی
توانبخشی

2

شرح مداخله
گروه کنترل: هشت هفته زندگی عادی بدون هیچ گونه مداخله و تمرین
طبقه بندی
غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
تهران محله پیروزی،محله اقدسیه
نام کامل فرد مسوول
مرضیه حری فراهانی
آدرس خیابان
خیابان دوم نیرو هوایی،فرعی 2.34،پلاک 13،طبقه 4
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1737633847
تلفن
+98 21 7775 3453
ایمیل
m.horrifarahani@mail.sbu.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه شهید بهشتی
نام کامل فرد مسوول
مهدی قیطاسی
آدرس خیابان
اوین، میدان شهید شهریاری
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1983969411
تلفن
+98 21 2990 2761
ایمیل
int-re@sbu.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه شهید بهشتی
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع
100
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
دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه شهید بهشتی
نام کامل فرد مسوول
مرضیه حری فراهانی
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی و تمرینات اصلاحی
آدرس خیابان
خیابان اندرزگو،خیابان سلیمانی غربی،کوچه جواد ساده،بن بست محمودی،پلاک 13،زنگ 4
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1934964759
تلفن
+98 21 2221 9172
ایمیل
m.horrifarahani@mail.sbu.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه شهید بهشتی
نام کامل فرد مسوول
مرضیه حری فراهانی
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی

آدرس خیابان
خیابان اندرزگو،خیابان سلیمانی غربی،کوچه جواد ساده،بن یست محمودی،پلاک 13،زنگ 4
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1934964759
تلفن
+98 21 2221 9172
ایمیل
m.horrifarahani@mail.sbu.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه شهید بهشتی
نام کامل فرد مسوول
مرضیه حری فراهانی
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی و تمرینات اصلاحی
آدرس خیابان
خیابان اندرزگو،خیابان سلیمانی غربی،کوچه جواد ساده،بن یست محمودی،پلاک 13،زنگ 4
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1934964759
تلفن
+98 21 2221 9172
ایمیل
m.horrifarahani@mail.sbu.ac.ir

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد
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
عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
کل داده ها بالقوه پس از غیر قابل شناسایی کردن افراد قابل اشتراک گذاری است
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
شروع دوره دسترسی 6 ماه پس از چاپ نتایج
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
تمامی افراد علاقه مند
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
تمامی افراد علاقه مند
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
آدرس ایمیل محقق : marzieh.horrifarahani@gmail.com
m.horrifarahani@mail.sbu.ac.ir و صفحه اجتماعی محقق در Research gate به آدرس زیر
https://www.researchgate.net/profile/Marzieh-H-Farahani
افراد می توانند از طرق ذکر شده با محقق در ارتباط باشند و مستندات و داده های مورد نظر را دریافت نمایند.
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
تقاضاکننده ها می توانند با فرستادن ایمیل طی 2 الی 3 روز پس از درخواست پاسخ دریافت نمایند.marzieh.horrifarahani@gmail.com
m.horrifarahani@mail.sbu.ac.ir
https://www.researchgate.net/profile/Marzieh-H-Farahani
سایر توضیحات