پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

اثر ۸ هفته کشش پویا عضلات خم‌کننده ران بر انعطاف پذیری ران، درد و آمادگی جسمانی در بازیکنان فوتبال با درد کمر: یک مطالعه کارآزمایی تصادفی کنترل‌شده

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
بررسی اثرات ۸ هفته کشش پویا عضلات خم‌کننده ران بر انعطاف‌پذیری ران، درد کمر و آمادگی جسمانی در بازیکنان فوتبال با درد کمر.
طراحی
تحقیق حاضر شامل 40 نمونه می باشد و به صورت یک سویه کور انجام خواهد شد . شرکت کنندگان به روش تصافی سازی ساده و قانون تخصیص تصادفی افراد با ستفاده از سایت Randomiser.org به دو گروه تجربی و کنترل تقسیم خواهند شد.
نحوه و محل انجام مطالعه
در این تحقیق، گروه تجربی به مدت ۸ هفته (هر هفته ۵ جلسه) یک پروتکل تمرینات کششی را در مجموعه ورزشی شهدای مس و کاوه خود انجام می‌دهد. متغیرهای تحقیق قبل از مداخله، پس از ۴ و ۸ هفته، و یک ماه پس از پایان مداخله اندازه‌گیری می‌شوند. تمرینات برای تقویت بهبود انعطاف‌پذیری طراحی شده و تحت نظارت یکی از محققان انجام می‌شوند. هم چنین، تحقیق حاضر به صورت یک سویه کور می باشد. و محققی که متغیر های تحقیق را اندازه گیری می کند نسبت به گروه بندی شرکت کنندگان اطلاعی ندارد.
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
شرایط ورود: 1- تجربه کردن درد کمر در 7 روز گذشته یا مراجعه به مراکز درمانی در 12 ماه گذشته جهت درمان کمردرد. 2- داشتن کوتاهی عضلات فلکسور رانن. 3- بازیکنان باید در دامنه سنی 35-18 سال باشند. شرایط عدم ورود: 1- بازیکنانی که در 6 ماه گذشته تحت جراحی در مفصل ران قرار گرفته باشند.
گروه‌های مداخله
تحقیق حاضر شامل دو گروه تجربی و کنترل می باشد که گروه تجربی به مدت هشت (هر هفته 5 جلسه) سه تمرین کششی پویا برای عضلات خم کننده ران را انجام می دهند. در این مدت به گروه کنترل مداخله ای داده نمی شود و به این گروه به تمرینات معمول خود می پردازد.
متغیرهای پیامد اصلی
در تحقیق حاضر متغیر های تحقیق شامل انعطاف پذیری، میزان درد، تعادل، توان، سرعت و چابکی می باشد.

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20230612058457N4**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2024-09-13, ۱۴۰۳/۰۶/۲۳**
زمان‌بندی ثبت: **registered_while_recruiting**

آخرین بروز رسانی: **2024-09-13, ۱۴۰۳/۰۶/۲۳**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2024-09-13, ۱۴۰۳/۰۶/۲۳

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
محمد علیمرادی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهید باهنر
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 34 2250 1685
آدرس ایمیل
malimoradi@sport.uk.ac.ir

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2024-09-13, ۱۴۰۳/۰۶/۲۳
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2024-12-13, ۱۴۰۳/۰۹/۲۳
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
اثر ۸ هفته کشش پویا عضلات خم‌کننده ران بر انعطاف پذیری ران، درد و آمادگی جسمانی در بازیکنان فوتبال با درد کمر: یک مطالعه کارآزمایی تصادفی کنترل‌شده

عنوان عمومی کارآزمایی
اثر کشش پویا عضلات خم کننده ران بر انعطاف پذیری، درد و آمادگی جسمانی بازیکنان فوتبال دارای کمردرد
هدف اصلی مطالعه
حمایتی
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
تجربه کردن درد کمر در 7 روز گذشته یا مراجعه به مراکز درمانی در 12 ماه گذشته جهت درمان کمردرد که این مورد با استفاده از پرسشنامه نوردیک مشخص می گردد. کوتاهی عضلات فلکسور ران که به وسیله آزمون توماس مشخص می گردد. بازیکنان باید در دامنه سنی 18-35 سال باشند.
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
بازیکنانی که در 6 ماه گذشته تحت جراحی در مفصل ران قرار گرفته باشند. در 1 ماه گذشته در برنامه های توان بخشی برای کمردرد شرکت کرده باشند.
سن
از سن **18 ساله** تا سن **35 ساله**
جنسیت
مذکر

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه

- ارزیابی کننده پیامد

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **40**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
در این مطالعه، شرکت‌کنندگان با استفاده از روش تصادفی‌سازی ساده به دو گروه تجربی و کنترل تقسیم می‌شوند. فرآیند تصادفی‌سازی به‌صورت فردی و با استفاده از ابزار آنلاین Randomiser.org انجام خواهد شد. این تصادفی‌سازی به‌گونه‌ای طراحی می‌شود که تخصیص گروه‌ها تنها پس از تکمیل مراحل اولیه صورت گیرد. پنهان‌سازی تخصیص (allocation concealment) از طریق استفاده از نرم‌افزار کدگذاری کامپیوتری انجام می‌شود. بدین ترتیب، کدهای تصادفی به‌صورت خودکار به هر شرکت‌کننده تخصیص داده شده و اطلاعات تخصیص در سیستم رمزگذاری شده تا زمان تحلیل نهایی داده‌ها محفوظ خواهد ماند.
کور سازی (به نظر محقق)
یک سویه کور
توصیف نحوه کور سازی
پس از معرفی کلی تحقیق و گروه های مورد مطالعه به شرکت کنندگان، در تحقیق حاضر شرکت کنندگان در دو گروه تحقیق به وسیله قرعه شانس در دو گروه تجربی و کنترل قرار می گیرند. هم چنین ارزیاب کننده نتایج نسبت به اختصاص یافتن افراد به هر گروه اطلاعاتی ندارد.
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 در پژوهش دانشگاه بو علی سینا همدان
آدرس خیابان
همدان، چهارباغ شهید مصطفی احمدی روشن، دانشگاه بوعلی سینا
شهر
همدان
استان
همدان
کد پستی
6517838695
تاریخ تایید
2024-08-27, ۱۴۰۳/۰۶/۰۶
کد کمیته اخلاق
IR.BASU.REC.1403.020

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
کمردرد
کد ICD-10
M54.5
توصیف کد ICD-10
Low back pain

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر انعطاف پذیری مفصل ران مورد بررسی قرار می گیرد.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از شروع مداخله)، چهار، هشت و دوازده هفته پس از اجرای پروتکل
نحوه اندازه‌گیری متغیر
به وسیله آزمون اصلاح شده توماس اندازه گیری می شود.

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر میزان درد مورد بررسی قرار می گیرد.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از شروع مداخله)، چهار، هشت و دوازده هفته پس از اجرای پروتکل
نحوه اندازه‌گیری متغیر
به وسیله آزمون Visual Analogue Scale ارزیابی می شود.

2

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر تعادل بررسی می شود.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از شروع مداخله)، چهار، هشت و دوازده هفته پس از اجرای پروتکل

نحوه اندازه‌گیری متغیر
تعادل به وسیله آزمون تعادل Y مورد بررسی قرار می گیرد.

3

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر توان مورد بررسی قرار می گیرد.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از شروع مداخله)، چهار، هشت و دوازده هفته پس از اجرای پروتکل
نحوه اندازه‌گیری متغیر
توان به وسیله آزمون کانترموومنت جامپ مورد بررسی قرار می گیرد.

4

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر سرعت مورد بررسی قرار می گیرد.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از شروع مداخله)، چهار، هشت و دوازده هفته پس از اجرای پروتکل
نحوه اندازه‌گیری متغیر
سرعت به وسیله 20 متر سرعت مورد بررسی قرار می گیرد.

5

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر چابکی مورد بررسی قرار می گیرد.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از شروع مداخله)، چهار، هشت و دوازده هفته پس از اجرای پروتکل
نحوه اندازه‌گیری متغیر
سرعت به وسیله آزمون ایلینویز مورد بررسی قرار می گیرد.

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: در تحقیق حاضر گروه مداخله به مدت هشت هفته (هر هفته 5 جلسه) 3 تمرین کششی پویا را برای عضلات خم کننده ران مانند سوئز خاصره ای و راست رانی را انجام خواهند. در ابتدا بازیکنان به مدت 5 دقیقه با سرعت دلخواه می دوند، سپس به مدت 4 دقیقه به استراحت فعال می پردازند که شامل راه رفتن می شود. بعد از آن تمرینات پروتکل را انجام می دهند و هر تمرین کششی را در یک فاصله 20 متری سه مرتبه اجرا می شود. بین هر ست تمرینی بازیمنان 10 ثانیه استراحت خواهند کرد.
طبقه بندی
توانبخشی

2

شرح مداخله
گروه کنترل: در تحقیق حاضر گروه کنترل به تمرینات معمول خود می پردازند و به این گروه پروتکل کششی خاصی ارائه نمی شود.
طبقه بندی
توانبخشی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
باشگاه فوتبال مس کرمان
نام کامل فرد مسوول
محمد علیمرادی
آدرس خیابان
خیابان فتحعلیشاهی، کوچه۱۲، مجتمع یکتا، واحد ۶
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7614816961
تلفن
+98 34 3225 0168
ایمیل
malimoradi@sport.uk.ac.ir

2

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
باشگاه فوتبال یاسا
نام کامل فرد مسوول
محمد علیمرادی
آدرس خیابان
خیابان فتحعلیشاهی، کوچه۱۲، مجتمع یکتا، واحد ۶
شهر
تهران
استان
کرمان
کد پستی
7614816961
تلفن
+98 34 3225 0168
ایمیل
malimoradi@sport.uk.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه بو علی سینا
نام کامل فرد مسوول
آرش قربانی
آدرس خیابان
همدان – خیابان شهید فهمیده – دانشگاه بوعلی سینا
شهر
همدان
استان
همدان
کد پستی
6517838695
تلفن
+98 81 3140 5555
ایمیل
a.ghorbani@yahoo.com
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی

عنوان منبع مالی
دانشگاه بو علی سینا
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
دانشگاه شهید باهنر
نام کامل فرد مسوول
محمد علیمرادی
موقعیت شغلی
فارغ التحصیل
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
پزشکی ورزشی
آدرس خیابان
خیابان فتحعلیشاهی، کوچه 12، مجتمع یکتا، واحد 6
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7614816961
تلفن
+98 34 2250 1685
فکس
ایمیل
malimoradi@sport.uk.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهید باهنر
نام کامل فرد مسوول
محمد علیمرادی
موقعیت شغلی
فارغ التحصیل
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
پزشکی ورزشی
آدرس خیابان
خیابان فتحعلیشاهی، کوچه 12، مجتمع یکتا، واحد 6
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7614816961
تلفن
+98 34 2250 1685
فکس
ایمیل
malimoradi@sport.uk.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهید باهنر
نام کامل فرد مسوول
محمد علیمرادی
موقعیت شغلی
فارغ التحصیل
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
پزشکی ورزشی
آدرس خیابان
خیابان فتحعلیشاهی، کوچه 12، مجتمع یکتا، واحد 6
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7614816961
تلفن
+98 34 2250 1685
فکس
ایمیل
malimoradi@sport.uk.ac.ir

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
مصداق ندارد
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 جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
کلیه داده ها پس از غیر قابل شناسایی کردن افراد قابل اشتراک گذاری می باشد
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
شروع دوره دسترسی به داده ها بلافاصله پس از چاپ نتایج خواهد بود.
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
داده ها برای محققین، سازمان و ادارات مربوط به رشته فوتبال برای مجلات قابل دسترس خواهد بود
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
جهت کمک به پژوهش علمی و پیشبرد اهداف اجرایی با رویکرد ارتقا عملکر بازیکنان در رشته فوتبال
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود

محمد علیمرادی/malimoradi@sport.uk.ac.ir
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
درخواست ها جهت دسترسی به داده ها در طی یک هفته پاسخ داده خواهند شد.
سایر توضیحات