

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

## مقایسه ی تاثیر تمرینات قدرتی و تمرینات ثباتی بر روی کینماتیک لومبویلوک و ناتوانی حین باربرداری در بیماران مبتلا به کمردرد غیراختصاصی مزمن

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20241110063656N1  
تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۴۰۳/۱۰/۲۲, 11-01-2025  
زمان بندی ثبت: registered\_while\_recruiting

آخرین بروز رسانی: ۱۴۰۳/۱۰/۲۲, 11-01-2025  
تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز  
۱۴۰۳/۱۰/۲۲, 2025-01-11

### اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

تارا کسوت آرا

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

1532 371 918 98+

آدرس ایمیل

tkesvatara@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار  
۱۴۰۳/۰۹/۱۰, 2024-11-30

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار  
۱۴۰۴/۰۳/۳۰, 2025-06-20

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته  
خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته  
خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی  
خالی

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه ی تاثیر تمرینات قدرتی و تمرینات ثباتی بر روی کینماتیک لومبویلوک و ناتوانی حین باربرداری در بیماران مبتلا به کمردرد غیراختصاصی مزمن

عنوان عمومی کارآزمایی

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

هدف از این مطالعه، مقایسه ی اثر تمرینات قدرتی و تمرینات ثباتی بر روی ناتوانی و ریتم کمتری لگنی در بیماران مبتلا به کمردرد غیراختصاصی مزمن است.

#### طراحی

کارآزمایی بالینی تصادفی دارای دو گروه مداخله موازی و یک گروه کنترل، یک سوپه کور، دارای 60 بیمار، تصادفی سازی با استفاده از بلوک های تصادفی

#### نحوه و محل انجام مطالعه

محل انجام مطالعه مرکز تحقیقات توانبخشی عصبی عضلانی دانشگاه علوم پزشکی سمنان است. بیماران در ابتدا و در پایان مطالعه توسط پرسشنامه ی Oswestry و دستگاه آنالیز حرکت ارزیابی می شوند. مداخلات در دو گروه به شکل تمرین درمانی قدرتی و ثباتی انجام می شود. فرد ارزیابی کننده و فرد آنالیز کننده در این مطالعه کور هستند و آنالیز و ارزیابی بدون سوگیری انجام خواهد شد.

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

شرایط ورود شامل سن بین 18 تا 45 سال، کمردرد مزمن (حداقل 12 هفته) و نمره ی مقیاس آنالوگ بصری درد حداکثر سه است. شرایط خروج از مطالعه شامل هرگونه از موارد منع مداخلات در تمرین درمانی، درگیری عصبی، مشکلات حاد و تحت حاد، شکستگی، جراحی، بدخیمی و بارداری است.

#### گروه های مداخله

این تحقیق دارای دو گروه مداخله و یک گروه کنترل است. یک گروه تمرینات قدرتی و گروه دیگر تمرینات ثباتی دریافت می کند و گروه کنترل مداخله ای دریافت نمی کند. هر فرد در گروه مداخله در جلسه ی درمان، پس از گرم کردن با تمرینات کششی، هشت تمرین دریافت می کند که در سه ست و با ده تکرار انجام می شود. پس از آن به سرد کردن می پردازد. تمرینات به افزایش قدرت یا ثبات در ناحیه ی شکم و کمر منجر می شوند. طول هر جلسه ی درمان حدودا یک ساعت بوده و برای هر بیمار هجده جلسه ی تمرین درمانی در نظر گرفته شده است. طول درمان شش هفته و فاصله ی جلسات یک روز است.

#### متغیرهای پیامد اصلی

ناتوانی؛ کینماتیک ریتم کمتری-لگنی

### اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

مقایسه تاثیر تمرینات قدرتی و تمرینات ثباتی بر روی ریتم کمربند لگنی و ناتوانی در بیماران مبتلا به کمردرد  
**هدف اصلی مطالعه**  
درمانی

**شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه**

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

مراجعه مابین 18 تا 45 سال سن داشته باشند کمردرد آنها حداقل دوازده هفته به طول انجامیده باشد میزان درد آنها طبق مقیاس آنالوگ بصری درد زیر سه واحد باشد

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

هر وضعیت پزشکی که برای تمرین درمانی کاترانادیکاسیون داشته باشد بیمار علائم رادیکولار حین راه رفتن و سایر فعالیت های روزمره داشته باشد BMI فرد بالای 25 باشد اگر فرد درگیری ریشه عصب سیاتیک، درد ساق یا انتشار به زیر زانو، احساس پارستزی در پاها، نقص حرکتی یا درگیری موتور در اندام تحتانی یا فوقانی داشته باشد اگر بیمار دچار فتق دیسک بین مهره ای حاد(به گزارش MRI)، جراحی یا شکستگی مهره ای یا بدخیمی باشد اگر بیمار باردار باشد

**سن**

از سن 18 ساله تا سن 45 ساله

**جنسیت**

هر دو

**فاز مطالعه**

مصادق ندارد

**گروه های کور شده در مطالعه**

- محقق
- ارزیابی کننده پیامد
- آنالیز کننده داده

**حجم نمونه کل**

حجم نمونه پیش بینی شده: 60

**تصادفی سازی (نظر محقق)**

اختصاص تصادفی به گروه های مداخله و کنترل

**توصیف نحوه تصادفی سازی**

مطالعه به صورت تصادفی و با استفاده از روش تصادفی سازی بلوکی انجام می شود. مراحل تصادفی سازی بلوکی: 1- طراحی بلوکها: ابتدا بلوکها طراحی می گردد. برای هر اندازه بلوک (در این مطالعه 3 گروه داریم و اندازه بلوکها را 3 در نظر می گیریم) تمام حالات ممکن را ایجاد می کنیم. در ابتدا، بلوکهای تصادفی شامل 3 گروه به ترتیبهای مختلف تخصیص طراحی می شوند که شامل 6 حالت مختلف است:

{کنترل، ثباتی، قدرتی} {کنترل، قدرتی، ثباتی} {ثباتی، کنترل، قدرتی} {ثباتی، قدرتی، کنترل} {کنترل، ثباتی} {کنترل، ثباتی، قدرتی} {ثباتی، کنترل} 2- تخصیص شرکت کنندگان: سپس یکی از بلوکهای فوق به صورت تصادفی با قرعه کشی انتخاب خواهد شد. سپس بر اساس ترتیب موجود در آن بلوک، تخصیص مداخله یا درمان به گروهها را مشخص می کنیم. به عنوان مثال، اگر بلوک انتخابی شما {کنترل، ثباتی، قدرتی} باشد، آنگاه شرکت کننده اول به گروه کنترل، دو شرکت کننده بعدی به گروه ثباتی و قدرتی تخصیص داده می شود و این کار تا تخصیص کلیه افراد به گروه ها ادامه می یابد.

**کور سازی (به نظر محقق)**

یک سوپه کور

**توصیف نحوه کور سازی**

این مطالعه یک سوپه کور است. فرد ارزیابی کننده ی پیامد که همان محقق است، قبل و بعد از دوره ی مداخله، شرکت کنندگان را ارزیابی می کند. وی از اینکه کدام شرکت کننده در کدام گروه قرار گرفته است اطلاع ندارد. همچنین فرد آنالیز کننده ی داده ها هم داده ها را به شکل گروه یک و دو و سه دریافت می کند و اطلاعی از اینکه کدام گروه، مداخله دریافت کرده ندارد.

**دارو نما**

ندارد

**اختصاص به گروه های مطالعه**

موازی

**سایر مشخصات طراحی مطالعه**

**کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین المللی**

خالی

**تاییدیه کمیته های اخلاق**

**1**

**کمیته اخلاق**

**نام کمیته اخلاق**

کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی سمنان

**آدرس خیابان**

بلوار بسیج، ستاد مرکزی دانشگاه علوم پزشکی سمنان

**شهر**

سمنان

**استان**

سمنان

**کد پستی**

3514799442

**تاریخ تایید**

2024-11-11, 1403/08/21

**کد کمیته اخلاق**

IR.SEMUMS.REC.1403.166

**بیماری های (موضوعات) مورد مطالعه**

**1**

**شرح**

کمردرد غیراختصاصی مزمن

**کد ICD-10**

M99.9

**توصیف کد ICD-10**

Biomechanical lesion, unspecified

**متغیر پیامد اولیه**

**1**

**شرح متغیر پیامد**

نمره ی ناتوانی در پرسشنامه ی Oswestry

**مقاطع زمانی اندازه گیری**

قبل از مداخله و شش هفته بعد از شروع مداخله

**نحوه اندازه گیری متغیر**

پرسشنامه ی ناتوانی Oswestry

**2**

**شرح متغیر پیامد**

کینماتیک ریتم کمربند لگنی

**مقاطع زمانی اندازه گیری**

قبل از مداخله و شش هفته بعد از شروع مداخله

**نحوه اندازه گیری متغیر**

دستگاه آنالیز حرکت Qualysis

**متغیر پیامد ثانویه**

خالی

## گروه‌های مداخله

1

### شرح مداخله

گروه مداخله اول: هشت تمرین برای افزایش قدرت، با فرکانس سه ست تمرین در هر جلسه و در هجده جلسه تحت نظر فیزیوتراپیست انجام می‌شود. این تمرینات به هدف افزایش قدرت عضلات سطحی تنه و شکم انجام می‌شوند. برای جلوگیری از آسیب قبل و بعد از تمرینات قدرتی، تمرینات کششی برای گرم کردن و سرد کردن انجام می‌شود. مدت زمان هر جلسه یک ساعت، به صورت یک روز در میان بوده و شش هفته به طول می‌انجامد.

### طبقه بندی

درمانی - غیره

2

### شرح مداخله

گروه مداخله دوم: هشت تمرین برای افزایش ثبات، با فرکانس سه ست تمرین در هر جلسه و در هجده جلسه تحت نظر فیزیوتراپیست انجام می‌شود. این تمرینات به هدف افزایش ثبات عضلات عمقی تنه و شکم انجام می‌شوند. برای جلوگیری از آسیب قبل و بعد از تمرینات قدرتی، تمرینات کششی برای گرم کردن و سرد کردن انجام می‌شود. مدت زمان هر جلسه یک ساعت، به صورت یک روز در میان بوده و شش هفته به طول می‌انجامد.

### طبقه بندی

درمانی - غیره

3

### شرح مداخله

گروه کنترل: مداخله ای دریافت نمی‌کند

### طبقه بندی

مصادق ندارد

1

### حمایت کننده مالی

#### نام سازمان / نهاد

دانشگاه علوم پزشکی سمنان

#### نام کامل فرد مسوول

دکتر عباسعلی وفاپی

#### آدرس خیابان

بلوار بسیج، دانشگاه علوم پزشکی سمنان

#### شهر

سمنان

#### استان

سمنان

#### کد پستی

3514799442

#### تلفن

1336 3345 23 98+

#### ایمیل

sem.ums.res@gmail.com

#### ردیف بودجه

#### کد بودجه

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

بلی

#### عنوان منبع مالی

دانشگاه علوم پزشکی سمنان

#### 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 علوم پزشکی سمنان

#### نام کامل فرد مسوول

تارا کسوت‌آرا

#### موقعیت شغلی

دانشجوی مقطع ارشد

#### آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

#### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

فیزیوتراپی

#### آدرس خیابان

سمنان، بلوار ۱۷ شهریور، کوچه ی شهید منتظری ۶، پلاک ۱۹، واحد

۵

#### شهر

سمنان

#### استان

سمنان

#### کد پستی

3518793494

#### تلفن

1532 371 918 98+

#### فکس

#### ایمیل

## مراکز بیمار گیری

1

### مرکز بیمار گیری

#### نام مرکز بیمار گیری

مرکز تحقیقات توانبخشی عصبی عضلانی

#### نام کامل فرد مسوول

بنفشه منصوری

#### آدرس خیابان

بلوار قدس - کلینیک طباطبایی - مرکز تحقیقات توانبخشی عصبی

عضلانی

#### شهر

سمنان

#### استان

سمنان

#### کد پستی

98375-35196

#### تلفن

8502 3332 23 98+

#### ایمیل

nmrrc@semums.ac.ir

## حمایت کنندگان / منابع مالی

## فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه علوم پزشکی سمنان  
نام کامل فرد مسوول  
تارا کسوت آرا  
موقعیت شغلی  
دانشجوی مقطع ارشد  
آخرین مدرک تحصیلی  
لیسانس

### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

فیزیوتراپی

### آدرس خیابان

سمنان، بلوار ۱۷ شهریور، کوچه ی شهید منتظری ۶، پلاک ۱۹، واحد ۵

### شهر

سمنان

### استان

سمنان

### کد پستی

3518793494

### تلفن

1532 371 918 98+

### فکس

### ایمیل

tkesvatara@gmail.com

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه علوم پزشکی سمنان  
نام کامل فرد مسوول  
تارا کسوت آرا  
موقعیت شغلی  
دانشجوی مقطع ارشد  
آخرین مدرک تحصیلی  
لیسانس

### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

فیزیوتراپی

### آدرس خیابان

سمنان، بلوار ۱۷ شهریور، کوچه ی شهید منتظری ۶، پلاک ۱۹، واحد ۵

### شهر

سمنان  
استان  
سمنان  
کد پستی  
3518793494

### تلفن

1532 371 918 98+

### فکس

### ایمیل

tkesvatara@gmail.com

## 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

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

داده‌های مربوط به پیامد اصلی نظیر جداول مربوط به قبل و بعد متغیرها قابل اشتراک گذاری است.

### بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

شروع دوره ی دسترسی شش ماه پس از چاپ نتایج

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

داده‌ها هم برای محققین شاغل در دانشگاه‌ها و هم برای افراد شاغل در کلینیک‌های فیزیوتراپی در دسترس خواهد بود.

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

است

کسانی که بر روی موضوع مشابه مطالعاتی من جمله سیستماتیک ریویو انجام می دهند مجاز به درخواست دریافت اطلاعات غیرقابل شناسایی فردی هستند.

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

متقاضیان برای دریافت مستندات می توانند به فرد محقق، به نام تارا کسوت آرا و آدرس tkesvatara@gmail.com مراجعه کنند.

### یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

فرد متقاضی پس از احراز هویت و شرح مطالعه ی خود و ارائه ی مدارک معتبر دانشگاهی راجع به انجام مطالعه ی خود، پس از یک هفته از ارسال درخواست، می تواند اطلاعات را دریافت کند.

### سایر توضیحات