

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

مقایسه اثر تمرینات اصلاحی با استفاده از اپلیکیشن موبایل و روش‌های غیر دیجیتال بر دردهای اسکلتی-عضلانی، کیفیت زندگی و انگیزش ورزشی در کارمندان اداری

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

اهداف: 1- بررسی اثر هشت هفته تمرینات اصلاحی مبتنی بر اپلیکیشن موبایل و روش‌های غیر دیجیتال بر اختلالات اسکلتی عضلانی کارمندان اداری. 2- بررسی اثر هشت هفته تمرینات اصلاحی مبتنی بر اپلیکیشن موبایل و روش‌های غیر دیجیتال بر میزان بهبود کیفیت زندگی کارمندان اداری. 3- بررسی اثر هشت هفته تمرینات اصلاحی مبتنی بر اپلیکیشن موبایل و روش‌های غیر دیجیتال بر میزان انگیزش ورزشی کارمندان اداری.

طراحی

کارآزمایی بالینی دارای دو گروه مداخله و یک گروه کنترل، با گروه‌های موازی، کوری ندارد، تصادفی شده، فازی ندارد و بر روی 150 نفر

نحوه و محل انجام مطالعه

تمرینات اصلاحی برای کاهش درد اسکلتی عضلانی، بهبود زندگی و انگیزش ورزشی به کارمندان اداری داده می‌شود. تمرینات را یک گروه با اپلیکیشن و یک گروه با بروشور انجام می‌دهند و گروه کنترل مداخله ای ندارند.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

شرایط ورود: سن بین 25 تا 55 سال (آقا و خانم)، ساعت کاری حداقل ۴۰ ساعت در هفته، وجود اختلالات اسکلتی عضلانی مرتبط با کار، عدم محدودیت‌های اسکلتی عضلانی عمده، باردار نبودن زنان؛ شرایط عدم ورود: عدم پایبندی به انجام تمرینات در مدت مطالعه

گروه‌های مداخله

3 گروه داریم: یک گروه با اپلیکیشن و یک گروه با بروشور تمرینات را انجام می‌دهند و یک گروه زندگی روزمره را می‌گذرانند.

متغیرهای پیامد اصلی

درد های اسکلتی عضلانی؛ کیفیت زندگی؛ انگیزش ورزشی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20250111064348N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 15-02-2025, 1403/11/27

زمان‌بندی ثبت: prospective

آخرین بروز رسانی: 15-02-2025, 1403/11/27

تعداد بروز رسانی‌ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز
15-02-2025, 1403/11/27

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

مرضیه شاه قلیان

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهرکرد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

3504 3242 38 98+

آدرس ایمیل

momori24.sh@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

19-02-2025, 1403/12/01

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

23-08-2025, 1404/06/01

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه اثر تمرینات اصلاحی با استفاده از اپلیکیشن موبایل و روش‌های غیر دیجیتال بر دردهای اسکلتی-عضلانی، کیفیت زندگی و انگیزش ورزشی در کارمندان اداری

عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی اثر تمرینات اصلاحی بر درد های اسکلتی عضلانی

هدف اصلی مطالعه

حمایتی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

سن بین 25 تا 55 سال (خانم و آقا) اشتغال تمام وقت در یک شغل پشت

تاریخ تایید
2025-02-05, ۱۴۰۳/۱۱/۱۷
کد کمیته اخلاق
IR.SKU.REC.1403.057

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
اختلالات اسکلتی عضلانی
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
درصد افراد کارمند با اختلالات اسکلتی عضلانی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
اندازه‌گیری اختلالات اسکلتی عضلانی در ابتدای مطالعه و 60 روز بعد از آن
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه نوردیک

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد
بهبود کیفیت زندگی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
بررسی کیفیت زندگی در ابتدای مطالعه و 60 روز بعد از آن
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت

2

شرح متغیر پیامد
میزان انگیزش ورزشی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
اندازه‌گیری انگیزش ورزشی در ابتدای مطالعه و 60 روز بعد از آن
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه تنظیم رفتار ورزشی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله اول: این گروه تمرینات اصلاحی که شامل تمرینات کششی و تقویتی می‌باشد را با استفاده از اپلیکیشن دریافت می‌کنند و از طریق اپلیکیشن آنها را انجام می‌دهند و از طریق اپلیکیشن با محقق خود در ارتباط هستند
طبقه بندی
توانبخشی

2

شرح مداخله

میز با حداقل ۴۰ ساعت در هفته حداقل یک سال تجربه در این شغل وجود اختلالات اسکلتی عضلانی مرتبط با کار استفاده منظم از گوشی هوشمند (حداقل روزانه) عدم سابقه بیماری قلبی عروقی یا محدودیت‌های اسکلتی عضلانی عمده عدم وجود بیماری جسمی و روانی آشکار توانایی کار با اپلیکیشن موبایل باردار نبودن زنان عدم داشتن بیماری مزمن استفاده نکردن از هرگونه برنامه کاربردی موبایل مرتبط با فعالیت بدنی با اختلالات اسکلتی عضلانی عدم وجود درد قبل از استخدام و ناشی از حوادث غیر شغلی عدم داشتن سابقه بیماری‌های آرتریت روماتوئید، لویوس، آرتروز، نفرس، دیابت یا تیروئید داشته اند، به طوری که این بیماری‌ها بر روی سیستم عضلانی-اسکلتی یا مفصلی آنها تأثیر می‌گذاشت
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
عدم توانایی در استفاده منظم از اپلیکیشن عدم پایبندی به انجام تمرینات در مدت مطالعه

سن

از سن 25 ساله تا سن 55 ساله

جنسیت

هر دو

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 150

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

شرکت کنندگان با توجه به معیارهای ورود ارزیابی می‌شوند و پرسشنامه‌های مربوطه را پر می‌کنند. سپس افراد واجد شرایط با استفاده از یک توالی تصادفی کامپیوتری به سه گروه تقسیم می‌شوند که دو گروه مداخله و یک گروه کنترل را شامل می‌شود. این توالی تصادفی توسط یک آمارگر مستقل که در جذب یا جمع‌آوری داده‌های شرکت کنندگان نقشی نداشت، تولید خواهد شد. سپس تمرینات و توضیحات لازم برای هر گروه به صورت جداگانه توضیح داده می‌شود.

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

کمیته اخلاق دانشگاه شهرکرد

آدرس خیابان

بلوار رهبر

شهر

شهرکرد

استان

چهار محال و بختیاری

کد پستی

8818634141

گروه مداخله دوم: این گروه تمرینات اصلاحی که شامل تمرینات کششی و تقویتی می باشد و همانند تمرینات گروه مداخله اول هستند را از طریق بروشور دریافت می کنند و با محقق بصورت حضوری و تلفنی در ارتباط خواهند بود

طبقه بندی
توانبخشی

3

شرح مداخله

گروه کنترل: این گروه هیچ گونه مداخله ای دریافت نمیکنند و به زندگی روزمره و عادی خود ادامه می دهند

طبقه بندی
توانبخشی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

شرکت آب و فاضلاب استان چهارمحال و بختیاری

نام کامل فرد مسوول

مرضیه شاه قلیان

آدرس خیابان

بلوار رهبر

شهر

شهرکرد

استان

چهار محال و بختیاری

کد پستی

8818634141

تلفن

4401 3232 38 98+

ایمیل

mari2209.sh@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

شرکت آب و فاضلاب چهارمحال و بختیاری

نام کامل فرد مسوول

مرضیه شاه قلیان

آدرس خیابان

میدان قدس

شهر

شهرکرد

استان

چهار محال و بختیاری

کد پستی

88164-73475

تلفن

3765 811 921 98+

ایمیل

mari2209.sh@gmail.com

آدرس صفحه وب

https://abfa-chb.ir

ردیف بودجه

مالی و طرح پژوهشی

کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی

عنوان منبع مالی

شرکت آب و فاضلاب چهارمحال و بختیاری

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

صنعتی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهرکرد

نام کامل فرد مسوول

مرضیه شاه قلیان

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

آسیب شناسی و تمرینات اصلاحی

آدرس خیابان

بلوار رهبر

شهر

شهرکرد

استان

چهار محال و بختیاری

کد پستی

88164-73475

تلفن

1000 1220 38 98+

فکس

ایمیل

mari2209.sh@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهرکرد

نام کامل فرد مسوول

سجاد باقریان دهکردی

موقعیت شغلی

استادیار

آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

آسیب شناسی و تمرینات اصلاحی

آدرس خیابان

بلوار رهبر

شهر

شهرکرد

استان

ایمیل
mari2209.sh@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

داده‌ها قابل اشتراک گذاری هستند.

بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

شروع دوره دسترسی یک سال پس از چاپ نتایج

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

به منظور استفاده در تحقیقات آینده

برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
mari2209.sh@gmail.com

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

یک سال بعد از تحلیل آماری و جمع بندی همه نتایج و تمامی مستندات
نام برده شده در اختیار شما قرار میگیرد.

سایر توضیحات

چهار محال و بختیاری
کد پستی
88164-73475
تلفن
1000 1220 38 98+
فکس
ایمیل
sajjadbagherian@yahoo.com

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهرکرد

نام کامل فرد مسوول

مرضیه شاه قلیان

موقعیت شغلی

دانشجو

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

آسیب شناسی و تمرینات اصلاحی

آدرس خیابان

بلوار رهبر

شهر

شهرکرد

استان

چهار محال و بختیاری

کد پستی

88164-73475

تلفن

1000 1220 38 98+

فکس