پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۶

بررسی اثر آنی تمرین پلایومتریک فرود-پرش با و بدون تکنیک محدودیت جریان خون بر کنترل عصبی- عضلانی و عملکرد شناختی در ورزشکاران دونده سرعتی

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

بررسی اثر آنی تکنیک محدودیت جریان خون و تمرین پلایومتریک فرود پرش بر عملکرد عصبی عضلانی و عملکرد شناختی در ورزشکاران دوی سرعتی.

طراحی

کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل با گروه موازی، یک سویه کور، تصادفی شده بر روی 27 مرد ورزشکار دوی سرعت. برای تصادف سازی از پاکت های مهر و موم شده با نوشتن نام هر گروه داخل آن ها استفاده میشود.

نحوه و محل انجام مطالعه

اجرای مطالعه در یک محیط ورزشی صورت میگیرد. بعد از ورود افراد به مطالعه طبق شرایط ورود، بطور تصادفی گروه بندی میشوند. برای کورسازی شرکت کننده ها زمان و روز آن ها متفاوت خواهد بود. در گروه کنترل نیز کاف دستگاه محدودیت جریان خون بصورت خاموش استفاده میشود. ابتدا ارزیابی اولیه با انجام تست های کامپیوتری شناختی، تست پرش تک پای یک مرحله ای و سه مرحله ای، تست گام جانبی ادگرن و زاویه والگوس زانو حین فرود از پرش دو پا انجام میشود. گروه کنترل بعد از گرم کردن، دو ست هشت تایی تمرین فرود پرش را با دستگاه محدودیت جریان خون خاموش انجام میدهند. گروه مداخله همین تمرین را با دستگاه محدودیت جریان خون با 40 درصد فشار انسداد انجام میدهد. بعد از5 دقیقه استراحت ارزیابی ثانویه در همان جلسه انجام میشود.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

معیارهای ورود: مردان ورزشکار دو سرعت نیمه‌حرفه‌ای 18 تا 30 ساله شرکت در تمرینات سرعتی حداقل 3 جلسه در هفته عدم سابقه بیماری‌های قلبی-عروقی و دیابت و اسکلتی عضلانی عدم مصرف الکل و کافئین 24 ساعت قبل از پژوهش عدم انجام تمرینات سنگین طی 72 ساعت قبل از انجام پژوهش معیارهای خروج: وجود آسیب های اخیر (6 ماه گذشته) در اندام تحتانی گزارش شخصی فرد از فعالیت بدنی پایین‌تر از حد متوسط(نیمه حرفه ای) عدم تمایل افراد برای ادامه روند پژوهش

گروه‌های مداخله

گروه های مطالعه شامل گروه کنترل و گروه مداخله میشود. در گروه کنترل، مداخله تمرین پلایومتریک فرود پرش است. در گروه مداخله تمرین پلایومتریک فرود پرش با استفاده همزمان از دستگاه محدودیت جریان خون اعمال میشود.

متغیرهای پیامد اصلی

عملکرد عصبی عضلانی (والگوس دینامیک زانو)

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

در زمان ثبت اولیه اطلاعات در سامانه IRCT، تاریخ شروع نمونه‌گیری ۱۴۰۴/۰۳/۰۱ و تاریخ پایان برآوردی آن ۱۴۰۴/۰۶/۰۱ درج شده است. اما تاریخ تایید و ثبت نهایی طرح در این سامانه، ۱۴۰۴/۰۶/۰۲ انجام شده است. اما در واقع نمونه‌گیری این تحقیق در بازه ی واقعی اواسط خرداد تا اواخر شهریور ۱۴۰۴ صورت پذیرفته است. بنابراین، اگر تاریخ‌های واقعی نمونه‌گیری در سامانه به روزرسانی و درج نشوند، چنین تلقی خواهد شد که نمونه‌گیری پیش از دریافت تاییدیه نهایی IRCT آغاز شده است، در حالی که این فاصله صرفا ناشی از مغایرت میان تاریخ‌های برآوردی اولیه، تاریخ ثبت نهایی، و بازهٔ زمانی اجرای واقعی مطالعه است.

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20250424065462N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2025-08-24, ۱۴۰۴/۰۶/۰۲**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-08-27, ۱۴۰۵/۰۶/۰۵**

تعداد بروز رسانی‌ها: **1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2025-08-24, ۱۴۰۴/۰۶/۰۲

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

سمیرا ابراهیمی

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 26 3447 9916

آدرس ایمیل

samiraphysio2000@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2025-09-05, ۱۴۰۴/۰۶/۱۴

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2025-12-13, ۱۴۰۴/۰۹/۲۲
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
بررسی اثر آنی تمرین پلایومتریک فرود-پرش با و بدون تکنیک محدودیت جریان خون بر کنترل عصبی- عضلانی و عملکرد شناختی در ورزشکاران دونده سرعتی

عنوان عمومی کارآزمایی
اثر تکنیک محدودیت جریان خون بر عملکرد ورزشکاران دونده سرعتی
هدف اصلی مطالعه
حمایتی
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
مردان ورزشکار دو سرعت نیمه‌حرفه‌ای 18 تا 30 ساله شرکت در تمرینات سرعتی حداقل 3 جلسه در هفته عدم سابقه بیماری‌های قلبی-عروقی و دیابت عدم سابقه آسیب اسکلتی-عضلانی طی 6 ماه گذشته عدم مصرف الکل و کافئین 24 ساعت قبل از پژوهش عدم انجام تمرینات سنگین طی 72 ساعت قبل از انجام پژوهش
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
وجود آسیب های اخیر (6 ماه گذشته) در اندام تحتانی گزارش شخصی فرد از فعالیت بدنی پایین‌تر از حد متوسط(نیمه حرفه ای)
سن
از سن **18 ساله** تا سن **30 ساله**
جنسیت
مذکر

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه

- شرکت کننده

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **27**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
به تعداد افراد شرکت کننده پاکت های مهر و موم شده ای آماده میکنیم. روی نیمی از آنها عبارت کنترل-پلایومتریک، و روی نیمی دیگر عبارت پلایومتریک و محدودیت جریان خون نوشته میشود. فرد بدون دیدن داخل پاکت ها بصورت شانسی یک پاکت از بین دو دسته انتخاب میکند.
کور سازی (به نظر محقق)
یک سویه کور
توصیف نحوه کور سازی
افراد شرکت کننده از گروه بندی خود اطلاع ندارند. افراد شرکت کننده در روز و ساعت مشترک شرکت نخواهند کرد. در هر دو گروه مداخله و کنترل، کاف دستگاه محدودیت جریان خون در پروگزیمال اندام تحتانی بسته میشود. در گروه مداخله فشار کاف تا حد مورد نظر اندازه گرفته و تنظیم میشود اما در گروه کنترل کاف خالی میماند و برای از بین بردن اثر پلاسبو استفاده میشود.
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 دانشکده پرستاری و مامایی و دانشکده توانبخشی- دانشگاه علوم پزشکی تهران
آدرس خیابان
ایران، تهران، میدان توحید، خیابان دکتر میرخانی (نصرت شرقی)، پلاک ۲۱
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1148965111
تاریخ تایید
2025-03-21, ۱۴۰۴/۰۱/۰۱
کد کمیته اخلاق
IR.TUMS.FNM.REC.1404.027

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
مردان ورزشکار دو سرعت سالم
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
زاویه والگوس داینامیک زانو
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
اندازه گیری زاویه والگوس داینامیک زانو در ابتدای مطالعه، و 5 دقیقه بعد از اعمال مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
نرم افزار کینوا

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد
عملکرد شناختی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
در ابتدای مطالعه و 5 دقیقه بعد از اعمال مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
زمان واکنش

2

شرح متغیر پیامد
پرش افقی تک پا

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای مطالعه و 5 دقیقه بعد از اعمال مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
متر

3

شرح متغیر پیامد
چابکی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای مطالعه و 5 دقیقه بعد از اعمال مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
تست گام جانبی ادگرن

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: کاف دستگاه در پروگزیمال ران دو اندام وصل میشودو فشار کاف تا 40 درصد فشار انسداد عروق پر میشود. سپس فرد تمرین فرود پرش را از روی ارتفاع 15 سانتی متری برای دو ست با 8 تکرار انجام میدهد و بین هر ست 3 دقیقه استراحت میکند.
طبقه بندی
توانبخشی

2

شرح مداخله
گروه کنترل: کاف دستگاه در پروگزیمال ران دو اندام وصل میشود اما کاف پر نمیشود. سپس فرد تمرین فرود پرش را از روی ارتفاع 15 سانتی متری برای دو ست با 8 تکرار انجام میدهد و بین هر ست 3 دقیقه استراحت میکند.
طبقه بندی
توانبخشی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشکده توانبخشی علوم پزشکی تهران
نام کامل فرد مسوول
سمیرا ابراهیمی
آدرس خیابان
تهران، خیابان انقلاب، پیچ شمیران، نبش خیابان صفی علیشاه، دانشکده توانبخشي
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1148965111
تلفن
+98 21 7753 3939
ایمیل
rehabilitation@tums.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علوم پزشکی تهران
نام کامل فرد مسوول
رامین کردی
آدرس خیابان
منطقه ۱۲، خیابان انقلاب، پیچ شمیران
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1148965111
تلفن
+98 21 7753 3939
ایمیل
rehabilitation@tums.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه علوم پزشکی تهران
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 تهران
نام کامل فرد مسوول
سمیرا ابراهیمی
موقعیت شغلی
دانشجوی ارشد فیزیوتراپی ورزشی
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیوتراپی
آدرس خیابان
بلوار ملاصدرا خ ابوذر شمالی پلاک 55 واحد سوم
شهر
کرج
استان
البرز
کد پستی
3149935856
تلفن
+98 26 3447 9916
فکس
ایمیل
samiraphysio2000@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علوم پزشکی تهران
نام کامل فرد مسوول
سمیرا ابراهیمی
موقعیت شغلی
دانشجوی ارشد فیزیوتراپی ورزشی
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیوتراپی
آدرس خیابان
بلوار ملاصدرا خ ابوذر شمالی پلاک 55 واحد سوم
شهر
کرج
استان
البرز
کد پستی
3149935856
تلفن
+98 26 3447 9916
فکس
ایمیل
samiraphysio2000@gmail.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علوم پزشکی تهران
نام کامل فرد مسوول
سمیرا ابراهیمی
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیوتراپی ورزشی
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیوتراپی
آدرس خیابان
بلوار ملاصدرا خ ابوذر شمالی پلاک 55 واحد سوم
شهر
کرج
استان
البرز
کد پستی
3149935856
تلفن
+98 26 3447 9916
فکس
ایمیل
samiraphysio2000@gmail.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD
داده شرکت کنندگان محفوظ خواهد بود
پروتکل مطالعه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
نقشه آنالیز آماری
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
فرم رضایتنامه آگاهانه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
گزارش مطالعه بالینی
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
مصداق ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
مصداق ندارد