پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

بررسی تأثیرات حاد کشش ایستا و گرم کردن پویا بر عملکرد شانه در ورزشکاران مرد مبتلا به سندرم گیرافتادگی شانه

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
بررسی اثرات حاد تمرینات کششی بر عملکرد شانه در ورزشکاران مبتلا به سندرم گیرافتادگی شانه
طراحی
تحقیق حاضر شامل 50 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 RandBox.top در سه گروه تمرینی قرار می گیرند.
نحوه و محل انجام مطالعه
مطالعه در شهر شیراز و در محیط کنترل‌شده‌ای انجام می‌شود. شرکت‌کنندگان شامل ورزشکاران مبتلا و سالم، به‌صورت تصادفی در سه جلسه مداخله شرکت می‌کنند. آزمون‌گیرنده نسبت به نوع مداخله کور بوده و صرفاً ارزیابی‌های عملکردی را انجام می‌دهد.
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
شرایط ورود اصلی: ورزشکار مرد بین ۲۰ تا ۳۰ سال مبتلا به سندرم گیرافتادگی شانه (داشتن حداقل دو علامت بالینی مثبت از جمله درد در قوس حرکتی شانه، تست نیر یا هاوکینز-کندی، درد در چرخش خارجی مقاومتی، یا تست Apprehension-Relocation بدون درد خلفی) عدم شرکت در برنامه‌های تمرینی مرتبط با محدوده حرکتی شانه شرایط عدم ورود اصلی: سابقه جراحی یا دررفتگی در ناحیه شانه در حال انجام فیزیوتراپی یا درمان دارویی انجام تمرینات سنگین در ۴۸ ساعت قبل از آزمایش عدم حضور در مراحل آزمایش
گروه‌های مداخله
مطالعه حاضر چهار پروتکل تمرینی را مقایسه می‌کند ۱) کشش ایستا (۶ حرکت، ۳ ست ۳۰ ثانیه‌ای با استراحت ۱۵ ثانیه، مجموعاً ~۱۰ دقیقه) ۲) گرم‌کردن پویا (۶ حرکت با باند مقاومتی، ۱۰ تکرار با تمپوی ۲ ثانیه‌ای) ۳) پروتکل ترکیبی (۳ حرکت کششی + ۳ حرکت گرم‌کردن) ۴) گروه کنترل (ورزشکاران سالم که همه پروتکل‌ها را اجرا می‌کنند)
متغیرهای پیامد اصلی
دامنه حرکتی چرخش داخلی و خارجی مفصل شانه؛ ثبات مفصل شانه؛ حس عمقی مفصل شانه؛ قدرت عضلات شانه.

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20230612058457N6**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2025-06-04, ۱۴۰۴/۰۳/۱۴**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2025-06-04, ۱۴۰۴/۰۳/۱۴**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2025-06-04, ۱۴۰۴/۰۳/۱۴

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
2025-06-09, ۱۴۰۴/۰۳/۱۹
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2025-06-18, ۱۴۰۴/۰۳/۲۸
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
بررسی تأثیرات حاد کشش ایستا و گرم کردن پویا بر عملکرد شانه در ورزشکاران مرد مبتلا به سندرم گیرافتادگی شانه

عنوان عمومی کارآزمایی
مقایسه تأثیر کشش ایستا و گرم کردن پویا بر عملکرد شانه در ورزشکاران مبتلا به سندرم گیرافتادگی شانه

هدف اصلی مطالعه
حمایتی
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
جنسیت: مرد دامنه سنی: ۲۰ تا ۳۰ سال درد در قوس حرکت (بین ۶۰ تا ۱۲۰ درجه) هنگام خم کردن یا باز کردن شانه . تست مثبت نیر (Neer) یا هاوکینز-کندی (Hawkins-Kennedy). درد در چرخش خارجی مقاومتی، باز کردن شانه، یا مثبت شدن تست جاب (Jobe). مثبت شدن تست Apprehension-Relocation (بدون درد خلفی).
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سابقه جراحی یا دررفتگی شانه. در حال دریافت فیزیوتراپی یا درمان دارویی برای شانه. انجام تمرینات سنگین در ۴۸ ساعت قبل از آزمایش. عدم همکاری یا انصراف از ادامه مطالعه. ابتلا به سایر بیماری‌های عصبی-عضلانی یا اسکلتی تأثیرگذار بر شانه (مانند آرتریت روماتوئید، پارگی روتاتور کاف).
سن
از سن **20 ساله** تا سن **30 ساله**
جنسیت
مذکر

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه

- ارزیابی کننده پیامد

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **50**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
در این مطالعه، برای تقسیم شرکت‌کنندگان به سه گروه مداخله (کشش ایستا، گرم‌کردن پویا و ترکیبی)، از روش تصادفی‌سازی ساده با بلوک‌بندی استفاده خواهد شد. واحد تصادفی‌سازی هر فرد خواهد بود و ترتیب تخصیص به گروه‌ها با استفاده از سایت RandBox.top و روش بلوک‌های متوازن تولید خواهد شد. در صورت نیاز به کنترل متغیرهای مؤثر مانند نوع ورزش یا شدت علائم، از روش تصادفی‌سازی لایه‌ای استفاده خواهد شد. برای مخفی نگه‌داشتن تخصیص شرکت‌کنندگان (Allocation Concealment)، از پاکت‌های مهر و موم شده‌ای بهره گرفته خواهد شد که پس از ثبت‌نام و انجام پیش‌آزمون توسط فردی مستقل باز خواهند شد. این روش‌ها تضمین خواهند کرد که توزیع شرکت‌کنندگان بین گروه‌ها هم‌تعادل و غیرقابل پیش‌بینی باشد.
کور سازی (به نظر محقق)
یک سویه کور
توصیف نحوه کور سازی
در مطالعه حاضر محققی که متغیر های تحقیق را ثبت می کند نسبت به تخصیص شرکت کنندگان به پروتکل تمرینی اطلاعی ندارد.
دارو نما
ندارد
اختصاص به گروه‌های مطالعه
موازی
سایر مشخصات طراحی مطالعه
این مطالعه یک کارآزمایی بالینی تصادفی کنترل شده خواهد بود.

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق
نام کمیته اخلاق
کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه گیلان
آدرس خیابان
رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر ۵ جاده تهران، مجتمع دانشگاه گیلان
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
4199613776
تاریخ تایید
2025-05-19, ۱۴۰۴/۰۲/۲۹
کد کمیته اخلاق
IR.GUILAN.REC.1404.035

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
سندروم گیرافتادگی شانه
کد ICD-10
M75.4
توصیف کد ICD-10
Impingement syndrome of shoulder

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر دامنه حرکتی چرخش داخلی و خارجی مفصل شانه مورد بررسی قرار می گیرد.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از اعمال مداخله)، 5 دقیقه پس از اعمال مداخله و یک ساعت پس از اعمال مداخله.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
به وسیله گونیامتر اندازه گیری می شود.

2

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر ثبات مفصل شانه مورد بررسی قرار می گیرد.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از اعمال مداخله)، 5 دقیقه پس از اعمال مداخله و یک ساعت پس از اعمال مداخله.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
به وسیله آزمون Y مورد بررسی قرار می گیرد.

3

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر حس عمقی مفصل شانه مورد بررسی قرار می گیرد.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از اعمال مداخله)، 5 دقیقه پس از اعمال مداخله و یک ساعت پس از اعمال مداخله.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
به وسیله بازسازی زاویه هدف و عکس برداری مورد بررسی قرار می گیرد.

4

شرح متغیر پیامد
در تحقیق حاضر قدرت مفصل شانه هنگام چرخش داخلی و خارجی به صورت درونگرا و برونگرا مورد بررسی قرار می گیرد.
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای تحقیق (قبل از اعمال مداخله)، 5 دقیقه پس از اعمال مداخله و یک ساعت پس از اعمال مداخله.
نحوه اندازه‌گیری متغیر
به وسیله دستگاه ایزوکینتیک مورد بررسی قرار می گیرد.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: ورزشکاران مبتلا به سندرم گیر افتادگی شانه که در پروتکل کشش ایستا شرکت می‌کنند. شامل شش حرکت کششی فعال هدفمند بر بافت‌های نرم شانه است. هر حرکت در 3 ست 30 ثانیه‌ای با 15 ثانیه استراحت بین ست‌ها انجام می‌شود. کل زمان اجرای پروتکل حدود 10 دقیقه است. حرکات شامل: کشش دلتوئید/پشت شانه، پکتورالیس ماژور، استندینگ اسلیپر، رومبوئید، سوپراسپیناتوس، و سه‌سر بازویی می‌باشد.
طبقه بندی
توانبخشی

2

شرح مداخله
گروه مداخله: ورزشکاران مبتلا به سندرم گیر افتادگی شانه که در پروتکل گرم‌کردن پویا شرکت می‌کنند. پروتکل شامل شش تمرین پویا با باند مقاومتی زرد، هر تمرین در 10 تکرار و سرعت 2 ثانیه به ازای هر تکرار اجرا می‌شود. تمرین‌ها شامل: اکستنشن شانه، فلکشن شانه، پانچ اسکاپولار، شتاب پرتاب، کاهش شتاب پرتاب و چرخش خارجی در ۹۰ درجه ابداکشن می‌باشند.
طبقه بندی
توانبخشی

3

شرح مداخله
گروه مداخله: ورزشکاران مبتلا به سندرم گیر افتادگی شانه که در پروتکل ترکیبی شرکت می‌کنند. این پروتکل شامل سه تمرین از کشش ایستا و سه تمرین از گرم‌کردن پویا است که مشابه ساختار زمان‌بندی سایر گروه‌ها اجرا می‌شود. تمرین‌ها شامل: اکستنشن شانه، کشش دلتوئید، پانچ اسکاپولار، کشش پکتورالیس، شتاب پرتاب، و کشش سه‌سر بازویی می‌باشد.
طبقه بندی
توانبخشی

4

شرح مداخله
گروه کنترل: ورزشکاران سالم که فاقد علائم سندروم گیر افتادگی شانه هستند و در سه پروتکل مداخله‌ای (کشش ایستا، گرم‌کردن پویا، ترکیب کشش ایستا و گرم‌کردن پویا) شرکت می‌کنند. این گروه جهت مقایسه پاسخ‌ها با گروه‌های مداخله (ورزشکاران مبتلا) در نظر گرفته شده است. ترتیب اجرای پروتکل‌ها به صورت تصادفی و با فاصله 72 ساعت بین جلسات انجام می‌گیرد.
طبقه بندی
توانبخشی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
بخش تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی
نام کامل فرد مسوول
محمد علیمرادی
آدرس خیابان
شیراز، بلوار جمهوری اسلامی، ساختمان مدیریت دانشگاه شیراز
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
8433471946
تلفن
+98 71 3646 0430
ایمیل
malimoradi@sport.uk.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه گیلان
نام کامل فرد مسوول
علی باستی
آدرس خیابان
رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر ۵ جاده تهران، مجتمع دانشگاه گیلان
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
4199613776
تلفن
+98 13 3369 0274
ایمیل
basti@guilan.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه گیلان
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
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود 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
فا 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 ها مربوط به رشته های ورزشی که مفصل شانه به عنوان مفصل اصلی در گیر می باشد 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 کاهش میزان آسیب های اسکلتی عضلانی ارتقا عملکرد ورزشکاران
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