پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

مقایسه اثر تمرینات سوگیرانه اکسنتریک و کانسنتریک بر وضعیت پا و تعادل افراد با کف پای صاف

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
هدف این مطالعه مقایسه تاثیر تمرینات سوگیرانه اکسنتریک و کانسنتریک بر وضعیت پا و تعادل افراد دارای کف پای صاف است.
طراحی
کارآزمایی بالینی با گروه کنترل، با گروه های موازی، تصادفی
نحوه و محل انجام مطالعه
ابتدا بر اساس معیارهای ورود و خروج از تحقیق آزمودنی ها انتخاب خواهند شد و بعد از تکمیل فرم اطلاعات فردی و رضایت نامه به سه گروه تقسیم می شوند: شامل دو گروه تجربی و یک گروه کنترل که همگی کف پای صاف منعطف دارند. ابتدا پیش آزمون از تمام آزمودنی ها گرفته می شود، سپس گروه های تجربی تمرینات سوگیرانه اکسنتریک و کانسنتریک را انجام می دهند، در حالی که گروه کنترل فقط فعالیت های روزانه را انجام می دهند. گروه های تجربی تمرینات را به مدت 6 هفته، سه روز در هفته، هر جلسه 20 -40 دقیقه انجام خواهند داد.
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
معیارهای ورود به تحقیق: داشتن کف پای صاف منعطف، داشتن افت ناوی بیشتر از 10 میلیمتر و داشتن شاخص توده بدنی بین 18 تا 25. معیارهای خروج: سابقه آسیب، شکستگی یا جراحی در اندام تحتانی، عدم شرکت در دو جلسه تمرینی متوالی و انجام فعالیت‌های خارج از برنامه تمرینی شرکت‌کنندگان.
گروه‌های مداخله
در تمرینات سوگیرانه اکسنتریک تاکید بر فاز اکسنتریک است در حالی که در تمرینات کانسنتریک تاکید بر فاز کانسنتریک است. تمرینات مورد استفاده در این تحقیق شامل بلند کردن پاشنه ها از زمین، تمرین شورت فوت و فلکشن انگشت شست است.
متغیرهای پیامد اصلی
شاخص افت ناوی، تست تعادل وای، تست تعادل لک لک

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20180626040244N8**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2025-09-04, ۱۴۰۴/۰۶/۱۳**
زمان‌بندی ثبت: **registered_while_recruiting**
آخرین بروز رسانی: **2025-09-04, ۱۴۰۴/۰۶/۱۳**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2025-09-04, ۱۴۰۴/۰۶/۱۳

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
رحمان شیخ حسینی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علامه طباطبائی
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 21 4839 4134
آدرس ایمیل
rahmanhoseini@atu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2025-09-01, ۱۴۰۴/۰۶/۱۰
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2025-09-23, ۱۴۰۴/۰۷/۰۱
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
مقایسه اثر تمرینات سوگیرانه اکسنتریک و کانسنتریک بر وضعیت پا و تعادل افراد با کف پای صاف

عنوان عمومی کارآزمایی
اثربخشی تمرینات سوگیرانه اکسنتریک و کانسنتریک بر کف پای صاف
هدف اصلی مطالعه
پیشگیری
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

قرار گرفتن در رده سنی 11 تا 15 سال داشتن کف پای صاف منعطف داشتن شاخص توده بدنی بین 18 تا 25

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

سن

از سن **11 ساله** تا سن **15 ساله**

جنسیت

مونث

فاز مطالعه

مصداق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: **45**

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

از روش تصادفی‌سازی ساده به‌همراه استفاده از پاکت‌های مهر و موم‌شده برای تخصیص افراد به گروه‌های مختلف استفاده می شود. نوع مداخله روی کارت‌ها نوشته می‌شود و سپس کارت‌ها در پاکت‌های مهر و موم‌شده قرار می‌گیرند؛ افراد بر اساس نوبت ورود به مطالعه، به ترتیب در لیست شرکت‌کنندگان قرار می‌گیرند. پس از ورود هر فرد به مطالعه، پاکت‌ها به‌طور تصادفی مخلوط می‌شوند و از هر فرد خواسته می‌شود که به‌طور تصادفی یک پاکت را انتخاب کند. تعداد پاکت‌ها مطابق با حجم نمونه پیش‌بینی‌شده تهیه می‌شود، به این ترتیب هر پاکت انتخابی دیگر در فرآیند تصادفی‌سازی مجدداً وارد نمی‌شود. این روش تصادفی‌سازی تضمین می‌کند که تعداد افراد در هر گروه آزمایشی مشابه باشد و از نوسانات احتمالی در تعداد افراد گروه‌ها جلوگیری می‌کند.

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 علامه طباطبائی

آدرس خیابان

انتهای اتوبان حکیم، ورودی غربی استادیوم آزادی

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1485743411

تاریخ تایید

2023-11-01, ۱۴۰۲/۰۸/۱۰

کد کمیته اخلاق

IR.ATU.REC.1402.082

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

کف پای صاف منعطف

کد ICD-10

Q66.5

توصیف کد ICD-10

Congenital pes planus

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

افت ناوی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مطالعه و پس از 6 هفته مداخله ورزشی

نحوه اندازه‌گیری متغیر

شاخص افت ناوی

2

شرح متغیر پیامد

تعادل ایستا

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مطالعه و پس از 6 هفته مداخله ورزشی

نحوه اندازه‌گیری متغیر

تست تعادل لک لک

3

شرح متغیر پیامد

تعادل پویا

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مطالعه و پس از 6 هفته مداخله ورزشی

نحوه اندازه‌گیری متغیر

تست تعادل وای

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: گروه‌های سوگیرانه اکسنتریک/کانسنتریک، تمرینات را به مدت شش هفته، سه روز در هفته و هر روز به مدت ۲۰ تا ۴۰ دقیقه انجام خواهند داد. قبل از هر جلسه، یک دوره گرم کردن ۵ تا ۱۰ دقیقه‌ای انجام می‌شود و پس از آن، ۵ تا ۱۰ دقیقه پس از تمرینات، سرد کردن انجام خواهد شد. در تمرینات سوگیرانه اکسنتریک، تأکید بر مرحله اکسنتریک تمرینات خواهد بود، در حالی که در تمرینات سوگیرانه کانسنتریک، تمرکز بر مرحله کانسنتریک خواهد بود. تمرینات موجود در این مطالعه عبارتند از: بلندکردن پاشنه، تمرین شورت فوت و خم کردن انگشت شست پا (هالوکس). سرعت تمرینات سوگیرانه اکسنتریک روی ۲-۰-۴ تنظیم خواهد شد، در حالی تمرینات سوگیرانه کانسنتریک، ۴-۰-۲ خواهد بود. پیشرفت تمرین از یک توالی ساختارمند پیروی خواهدکرد، که از حالت نشسته شروع می شود، به حالت ایستاده با هر دو پا و در نهایت به حالت ایستاده با یک پا خواهد رسید.

طبقه بندی
پیشگیری

2

شرح مداخله
گروه کنترل: گروه کنترل در این دوره هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد و به فعالیت‌های روزمره خود ادامه داد.
طبقه بندی
پیشگیری

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
نام کامل فرد مسوول
رحمان شیخ حسینی
آدرس خیابان
دهکده المپیک
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1485743411
تلفن
+98 21 4839 4134
ایمیل
rahmanhoseini@atu.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علامه طباطبائی
نام کامل فرد مسوول
دکتر غلامعلی کارگر
آدرس خیابان
انتهای اتوبان حکیم، ورودی غربی استادیوم آزادی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1485743411
تلفن
+98 21 4473 7636
ایمیل
international@atu.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
خیر
عنوان منبع مالی
دانشگاه علامه طباطبائی
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 علامه طباطبائی
نام کامل فرد مسوول
رحمان شیخ حسینی
موقعیت شغلی
دانشیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیوتراپی
آدرس خیابان
دهکده المپیک، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1485743411
تلفن
+98 21 4839 4134
فکس
ایمیل
rahman.pt82@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علامه طباطبائی
نام کامل فرد مسوول
رحمان شیخ حسینی
موقعیت شغلی
استادیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیوتراپی
آدرس خیابان
دهکده المپیک، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1485743411
تلفن
+98 21 4839 4134

فکس
ایمیل
rahman.pt82@gmail.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علامه طباطبائی
نام کامل فرد مسوول
رحمان شیخ حسینی
موقعیت شغلی
دانشیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیوتراپی
آدرس خیابان
دهکده المپیک، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1485743411
تلفن
+98 21 4839 4134
فکس
ایمیل
rahman.pt82@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 جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
پس از چاپ مقاله، داده های خام بدون تعیین مشخصات فردی شرکت کنندگان، با ایمیل به نویسنده مسئول مقاله قابل ارائه خواهد بود
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
پس از چاپ مقاله، داده های خام بدون تعیین مشخصات فردی شرکت کنندگان، با ایمیل به نویسنده مسئول مقاله قابل ارائه خواهد بود
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
هر نویسنده ای که با ذکر دلیل نیاز به داده های خام داشته باشد
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
هر محققی می تواند درخواست داده ها را بدهد
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
با ایمیل زدن به نویسنده مسئول
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
با ایمیل زدن به نویسنده مسئول
سایر توضیحات