

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

## مقایسه و اثر و ماندگاری هشت هفته تمرینات منتخب بر فعال سازی عضلانی، کینتیک و کینماتیک حرکت منتخب، در ورزشکاران بالای سر هندبالیست های نوجوان دارای دیسکنزی کتف نوع دو

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

بررسی اثر و ماندگاری 8 هفته تمرینات منتخب و تمرینات NASM روی فعالیت الکترومایوگرافی و عامل کینتیک و کینماتیک حرکت شنای روی زمین در ورزشکاران نوجوان هندبالیست با دیسکنزی کتف نوع 2

#### طراحی

کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی، دوسویه کور، برای تصادفی سازی از فانکشن rand نرم افزار اکسل استفاده شد. حجم اولیه نمونه ها 100 نفر بود

#### نحوه و محل انجام مطالعه

ورزشکاران هندبالیست دارای دیسکنزی در تهران به صورت خوشه ای انتخاب و در باشگاه ها ارزیابی اولیه شدند. نوع دو دیسکنزی به صورت تصادفی انتخاب و اندازه گیری های عضلانی و کینتیک و کینماتیک شنای روی زمین به صورت اولیه و ثانویه در مرکز موفقیتان انجام شد. سپس باشگاه ها به طور تصادفی به سه گروه مداخله تقسیم شدند و یک گروه تمرینات طراحی شده توسط محقق و گروه دیگر تمرینات NASM و گروه دیگر بدون هیچ تمرینی تقسیم گردیدند و پس از یک ماه و نیم مجدداً اندازه گیری ها انجام و نتایج تحلیل شد.

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

شرایط ورود : پسران 16 تا 18 سال داشتن دیسکنزی شانه بدون درد (بالدار شدن لبه داخلی کتف) حداقل 2 سال سابقه ورزشی و حداقل یک دوره مسابقات باشگاهی استانی یا کشوری بدون آسیب یا جراحات شانه و کمربند شانه ای بدون علائم عصبی و ناهنجاری وضعیتی مؤثر عدم مصرف داروهای تأثیرگذار بر سیستم عصبی معیارهای خروج: بروز آسیب یا درد عضلانی-اسکلتی پس از تمرینات درد بیشتر از 4 در مقیاس درد

#### گروه های مداخله

گروه 1: تمرینات منتخب طراحی شده را دریافت می کند گروه 2: تمرینات مربوط به آکادمی ملی پزشکی ورزشی (NASM) را دریافت می کند گروه 3: گروهی که هیچ تمرینی نمی گیرد

#### متغیرهای پیامد اصلی

متغیر مستقل: برنامه تمرینی منتخب، برنامه تمرینی آکادمی امریکا NASM، بدون تمرین، متغیر وابسته: نمره آزمون دیسکنزیس کتف، کینماتیک و کینماتیک کتف در حرکت شنای روی زمین، میزان و زمان بندی فعالیت الکترومایوگرافی عضلات منتخب در حرکت منتخب

### اطلاعات عمومی

#### علت بروز رسانی

#### نام اختصاری

SD

#### اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20250719066551N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 16-02-2026, 1404/11/27

زمان بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی: 16-02-2026, 1404/11/27

تعداد بروز رسانی ها: 0

#### تاریخ تایید ثبت در مرکز

16-02-2026, 1404/11/27

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

#### نام

مریم مزیدی

#### نام سازمان / نهاد

دانشگاه گیلان

#### کشور

جمهوری اسلامی ایران

#### تلفن

7230 178 938 98+

#### آدرس ایمیل

m.mazidi100@gmail.com

#### وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

#### منبع مالی

#### تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

11-06-2025, 1404/08/15

#### تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

12-06-2025, 1404/09/15

#### تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی  
خالی

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی  
خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

مقایسه و اثر و ماندگای هشت هفته تمرینات منتخب بر فعال سازی عضلانی، کینتیک و کینماتیک حرکت منتخب، در ورزشکاران بالای سر هندبالبست های نوجوان دارای دیسکنزی کتف نوع دو

1

عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی تمرینات منتخب روی عوامل کینتیک و کینماتیک ورزشکاران نوجوان هندبالبست دارای دیسکنزی کتف

هدف اصلی مطالعه

پیشگیری

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

جنس پسر اختلال کتف بدون درد 16 تا 18 سال سابقه ورزشی حداقل 2 سال حداقل یک دوره شرکت در مسابقات تکمیل فرم رضایت نامه تمایل به شرکت در تحقیق

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

داشتن سابقه تمرینات ورزشی غیر از فعالیت تخصصی پارگی عضلات شانه و کیسولیت چسبنده و گیر افتادگی روماتیسم مفصلی و دیابت داشتن سابقه آسیب و یا جراحی در شانه در 6 ماه گذشته مصرف دارویی که سیستم عصبی را تحت تأثیر قرار دهد وجود ناهنجاری وضعیتی اثرگذار ورود بیمارانی که علائم عصبی دارند

سن

از سن 16 ساله تا سن 18 ساله

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه

2-3

گروه‌های کور شده در مطالعه

- شرکت کننده
- ارزیابی کننده پیامد

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 60

بیش از یک نمونه در هر نفر شرکت کننده

تعداد نمونه در هر نفر شرکت کننده: 20

در هر سه گروه 20 نفر شرکت کننده وجود دارد

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

جامعه آماری 100 نفر در 6 باشگاه که به طور تصادفی چند خوشه

کردیم و به طور رندوم چهار خوشه انتخاب کردیم و سپس اعضا را به

صورت لیست درآورده و از طریق نرم افزار آماری نمونه‌ها را از

خوشه‌ها به طور تصادفی انتخاب کردیم

کور سازی (به نظر محقق)

دو سوپه کور

توصیف نحوه کور سازی

شرکت کنندگان از مومن از 6 باشگاه در تهران بودند که سعی شد دو

باشگاه تمرینات منتخب یک و دو باشگاه تمرینات منتخب دو و دو

باشگاه به صورت کنترل باشند که اطلاعاتی از بقیه دوستان نداشتند و

همچنین مربیانی که باید برنامه تمرینی را انجام میدادند اطلاعاتی از نوع

تمرین گروه دیگر و نحوه تقسیم بندی ورزشکاران نداشتند.

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه گیلان

آدرس خیابان

رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر ۵ جاده قزوین

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

۴۱۹۹۶۱۳۷۷۶

تاریخ تایید

2025-03-10, ۱۴۰۳/۱۲/۲۰

کد کمیته اخلاق

IR.GUILAN.REC.1403.211

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

دیسکنزی کتف

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

دیسکنزی کتف،

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه و 1.5 ماه بعد از اتمام مداخله تمرینی در انتهای

مطالعه

نحوه اندازه‌گیری متغیر

موشن آنالیز

2

شرح متغیر پیامد

عوامل کینتیک و کینماتیک حرکت شنای روی زمین،

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه و 1.5 ماه بعد از اتمام مداخله تمرینی در انتهای

مطالعه

نحوه اندازه‌گیری متغیر

موشن آنالیز، فورس پلیت

3

شرح متغیر پیامد

فعالیت عضلات درگیر

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه و 1.5 ماه بعد از اتمام مداخله تمرینی در انتهای

مطالعه

## متغیر پیامد ثانویه

خالی

## گروه‌های مداخله

### 1

#### شرح مداخله

سه گروه مورد آزمایش قرار گرفت گروه اول گروه کنترل بود که به صورت رندومی انتخاب گردید و در این گروه هیچ مداخله تمرینی صورت نگرفت و فاکتورهای کینتیکی و کینماتیکی و فعالیت عضلانی در دو مرحله انجام گرفت

#### طبقه بندی

پیشگیری

### 2

#### شرح مداخله

گروه مداخله 1: 20 نفر به صورت رندوم در این گروه قرار گرفتند که پس از بررسی عوامل کینتیکی و کینماتیکی و فعالیت عضلانی تمرینات منتخب طراحی شده توسط محقق را به مدت 8 هفته را دریافت کرده و سپس مجدد عوامل مورد نظر اندازه گیری شد

#### طبقه بندی

توانبخشی

### 3

#### شرح مداخله

گروه مداخله 2: 20 نفر به صورت رندوم در این گروه قرار گرفتند که پس از بررسی عوامل کینتیکی و کینماتیکی و فعالیت عضلانی تمرینات NASM را به مدت 8 هفته دریافت کرده و سپس مجدد عوامل مورد نظر اندازه گیری شد

#### طبقه بندی

توانبخشی

## مراکز بیمار گیری

### 1

#### مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

مرکز تحقیقات موفقیان

نام کامل فرد مسوول

دکتر جواد موفقیان

آدرس خیابان

خیابان انقلاب، خیابان خارک، پلاک 11

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1458889694

تلفن

5501 6616 21 98+

ایمیل

info@mech.sharif.ir

### 1

#### حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه گیلان

نام کامل فرد مسوول

دکتر علی بانی

آدرس خیابان

رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر ۵ جاده قزوین، مجتمع

دانشگاه گیلان

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

۴۱۹۹۶۱۳۷۷۶

تلفن

0348 3369 13 98+

ایمیل

ali\_bani\_2000@yahoo.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

بله

عنوان منبع مالی

دانشگاه گیلان

درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع

5

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 گیلان

نام کامل فرد مسوول

دکتر حسن دانشمندی

موقعیت شغلی

استاد تمام دانشگاه گیلان

آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ورزشی

آدرس خیابان

رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر ۵ جاده قزوین، مجتمع

دانشگاه گیلان

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

۴۱۹۹۶۱۳۷۷۶

کیلومتر جاده 5 میناب دانشگاه هرمزگان  
شهر بندرعباس  
استان هرمزگان  
کد پستی 7916193145  
تلفن 1000 3371 76 98+  
ایمیل m.mazidi100@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

مصادق ندارد

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)  
مصادق ندارد

#### عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند

در مورد شرکت کنندگان اطلاعات دموگرافی موجود می باشد و تمام اطلاعات اندازه گیری شده موجود در مطالعه همچنین متعزهای اصلی و ثانویه هم قابل دسترسی و انتشار می باشند  
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند یک دوره 6 ماهه بعد از چاپ مقاله

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

برای محققین شاغل در موسسات دانشگاهی و علمی و افرادی که در صنعت مشغول هستند می توانند اقدام کنند.

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

میتواند از تمرینات طراحی شده و آنالیز داده ها استفاده شود  
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود  
m.mazidi100@gmail.com

#### یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می کند

از زمان درخواست ایمیل تا زمان دریافت مستندات تا 10 روز کاری قابل اجرا است  
سایر توضیحات

تلفن 0274 3369 31 98+  
ایمیل daneshmandi\_ph@yahoo.com

### فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

#### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد دانشگاه هرمزگان  
نام کامل فرد مسوول

مریم مزیدی

#### موقعیت شغلی

مری دانشگاه هرمزگان

#### آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس

#### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ورزشی

#### آدرس خیابان

کیلومتر 5 جاده میناب دانشگاه هرمزگان

#### شهر

بندرعباس

#### استان

هرمزگان

#### کد پستی

7916193145

#### تلفن

1005 3371 76 98+

#### ایمیل

m.mazidi100@gmail.com

### فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

#### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد دانشگاه هرمزگان  
نام کامل فرد مسوول

مریم مزیدی

#### موقعیت شغلی

مری دانشگاه هرمزگان

#### آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس

#### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

حرکات اصلاحی و آسیب شناسی ورزشی

#### آدرس خیابان