پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۶

مقایسه اثر 6 هفته تمرینات ترکیبی با وهله‌های استراحتی متفاوت بر سطوح سرمی برخی شاخص‌های آنابولیکی و کاتابولیکی، عملکرد هوازی، بی‌هوازی و قدرت در بازیکنان والیبال

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

هدف این مطالعه، مقایسه اثر پروتکل تمرینات ترکیبی با سه فاصله استراحتی متفاوت بر پروفایل هورمونی و عملکرد بازیکنان والیبال جوان می باشد

طراحی

در این کارآزمایی بالینی، با طرح تصادفی سازی شده، فاز 4 بر روی 48 بازیکن والیبال در 4 گروه موازی و دارای گروه کنترل، و نرم افزار "Random allocation" برای تصادفی سازی استفاده شده است. قبل از پروتکل آزمون، یک نمونه اولیه به حجم 5 سی‌سی از ورید آرنج آزمودنی‌ها برای تجزیه و تحلیل بعدی گرفته شد. مرحله دوم نمونه‌گیری در بازه 48 ساعت پس از پایان 6 هفته اجرای پروتکل تمرینات ترکیبی انجام شد.

نحوه و محل انجام مطالعه

خون گیری در محل باشگاه دانشگاه شمال آمل توسط یک تکنسین (پرستار) به میزان ۵ سی سی از ورید آرنجی (قبل و 48 ساعت پس از تمرین) انجام خواهد شد. آزمون گیرنده (مراقب بالینی) و متصدی امور آزمایشگاه (ارزیابی کننده نمونه های خونی) از محتوا و عناوین گروه بندی‌ها مطلع نخواهند بود.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

- آزمودنی سابقه‌ی شرکت منظم در تمرینات لیگ حداقل به مدت 3 سال را داشته باشد؛ - آزمودنی دارای سن حداقل ۱۸ سال باشد؛ - عدم سابقه‌ی پزشکی قبلی از بیماری‌های مزمن مانند دیابت، فشار خون بالا، سرطان، انفارکتوس میوکارد، سرفه‌ی مداوم و برونشیت؛ - عدم استفاده از مکمل‌های آندروژنی و ارگوژنیک حداقل به مدت ۳ ماه قبل از آزمایش

گروه‌های مداخله

4 گروه 12 نفری، شامل : 1. گروه کنترل (تمرینات والیبال)، 2. گروه تمرینات ترکیبی (مقاومتی + هوازی) همزمان، 3. تمرینات ترکیبی (مقاومتی+هوازی) با 3 ساعت فاصله استراحت، 4. تمرینات ترکیبی (مقاومتی+هوازی) با 24 ساعت فاصله استراحت

متغیرهای پیامد اصلی

سطوح سرمی هورمون های آنابولیک (آنستوسترون، هورمون رشد و فاکتور رشد شبه انسولینی)، کاتابولیک (کورتیزول) و عملکرد (توان هوازی، بی هوازی و قدرت مطلق)

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20240513061779N2**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2025-12-20, ۱۴۰۴/۰۹/۲۹**

زمان‌بندی ثبت: **registered_while_recruiting**

آخرین بروز رسانی: **2025-12-20, ۱۴۰۴/۰۹/۲۹**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2025-12-20, ۱۴۰۴/۰۹/۲۹

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

نادر حامدچمن

نام سازمان / نهاد

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 41 3332 2230

آدرس ایمیل

nader.hamedchaman@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2025-12-06, ۱۴۰۴/۰۹/۱۵

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2025-12-21, ۱۴۰۴/۰۹/۳۰

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی
مقایسه اثر 6 هفته تمرینات ترکیبی با وهله‌های استراحتی متفاوت بر سطوح سرمی برخی شاخص‌های آنابولیکی و کاتابولیکی، عملکرد هوازی، بی‌هوازی و قدرت در بازیکنان والیبال

عنوان عمومی کارآزمایی
مقایسه اثر تمرینات ترکیبی با استراحت های متفاوت بر وضعیت آنابولیک بر کاتابولیک، قدرت و علمکرد هوازی و بی هوازی بازیکنان والیبال
هدف اصلی مطالعه
حمایتی
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سابقه مستند ۵ سال حضور در لیگ برتر عدم استعمال دخانیات عدم ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی قبلی، خونی، کبدی، کلیوی یا تنفسی داشتن سن حداقل ۱۸ سال عدم استفاده از مکمل‌های آندروژنی و ارگوژنیک حداقل به مدت ۳ ماه قبل از آزمایش
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
شرط سنی خارج از بازه 18 الی 30 سال ابتلای ورزشکاران به آسیب های عملکردی جدید اضافه شدن درمان های دارویی مداخله گر در پروفایل هورمونی یا عملکرد ورزشکاران
سن
از سن **25 ساله** تا سن **30 ساله**
جنسیت
مذکر

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه

- مراقب بالینی
- ارزیابی کننده پیامد

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **48**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
تصادفی سازی بلوکی با اندازه هر بلوک = 4 بین گروه ها تقسیم خواهند شد؛ لیست تصادفی سازی بااستفاده از نرم افزار «Random allocation» تولید خواهد شد. به طوری که ابتدا آزمودنی‌ها به ترتیب ورود به مطالعه، در بلوک‌های متوالی با اندازه ثابت 4 تایی دسته‌بندی خواهند شد. برای هر بلوک، یک توالی تصادفی از تخصیص‌های گروه‌ها توسط نرم‌افزار تخصصی "Random allocation" تولید خواهد شد. این نرم‌افزار اطمینان حاصل می‌کند که ترتیب قرارگیری گروه‌ها در درون هر بلوک کاملاً تصادفی است. سپس، به هر داوطلب جدید، بر اساس موقعیتش در بلوک جاری و مطابق با لیست از پیش تولیدشده، یکی از گروه‌های مطالعه اختصاص داده می‌شود. این روش تضمین می‌کند که تخصیص‌ها در طول مطالعه متعادل باقی می‌مانند و احتمال سوگیری در تخصیص در بازه‌های زمانی کوتاه‌مدت
کور سازی (به نظر محقق)
دو سویه کور
توصیف نحوه کور سازی
به منظور جلوگیری از اثر هاوسورن و آویس؛ در مطالعه حاضر، آزمون گیرنده (مراقب بالینی) و متصدی امور آزمایشگاه (ارزیابی کننده نمونه های خونی) از محتوا و عناوین گروه بندی‌ها مطلع نخواهند بود.
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
کارگروه اخلاق در پژوهش پژوهشگاه علوم ورزشی
آدرس خیابان
خیابان استاد مطهری – خیابان میرعماد – کوچه پنجم – پلاک ۳
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1587958711
تاریخ تایید
2025-07-15, ۱۴۰۴/۰۴/۲۴
کد کمیته اخلاق
SSRI.REC-2506-2978

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1
شرح
پروفایل هورمونی و عملکرد بازیکنان والیبال
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1
شرح متغیر پیامد
سطوح سرمی تستوسترون
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و 48 ساعت متعاقب 8 هفته اجرای تمرینات ترکیبی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
روش الایزا

2
شرح متغیر پیامد
سطوح سرمی کورتیزول
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و 48 ساعت متعاقب 8 هفته اجرای تمرینات ترکیبی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
روش الایزا

3
شرح متغیر پیامد
سطوح سرمی هورمون رشد
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و 48 ساعت متعاقب 8 هفته اجرای تمرینات ترکیبی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
روش الایزا

4

شرح متغیر پیامد
سطوح سرمی فاکتور رشد شبه-انسولینی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و 48 ساعت متعاقب 8 هفته اجرای تمرینات ترکیبی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
روش الایزا

5

شرح متغیر پیامد
توان بی هوازی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و 48 ساعت متعاقب 8 هفته اجرای تمرینات ترکیبی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
آزمون پرش سارجنت

6

شرح متغیر پیامد
توان هوازی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و 48 ساعت متعاقب 8 هفته اجرای تمرینات ترکیبی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
آزمون دوی 1600 متر

7

شرح متغیر پیامد
قدرت مطلق
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و 48 ساعت متعاقب 8 هفته اجرای تمرینات ترکیبی
نحوه اندازه‌گیری متغیر
دینامومتر

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: 6 هفته اجرای تمرین ترکیبی (مقاومتی با 75% تا 95% یک تکرار بیشینه + هوازی با 60% تا 80% حداکثر اکسیژن مصرفی) همزمان (3 جلسه در هفته - روزهای زوج) + تمرین والیبال (3 جلسه در هفته - روزهای فرد)
طبقه بندی
درمانی - غیره

2

شرح مداخله
گروه مداخله: 6 هفته اجرای تمرین ترکیبی (مقاومتی با 75% تا 95% یک تکرار بیشینه + هوازی با 60% تا 80% حداکثر اکسیژن مصرفی) با 3 ساعت فاصله استراحت (3 جلسه در هفته - روزهای زوج) + تمرین والیبال (3 جلسه در هفته - روزهای فرد)
طبقه بندی
درمانی - غیره

3

شرح مداخله
گروه مداخله: 6 هفته اجرای تمرین ترکیبی (مقاومتی با 75% تا 95% یک تکرار بیشینه + هوازی با 60% تا 80% حداکثر اکسیژن مصرفی) با 24 ساعت فاصله استراحت (3 جلسه در هفته - روزهای زوج) + تمرین والیبال (3 جلسه در هفته - روزهای فرد)
طبقه بندی
درمانی - غیره

4

شرح مداخله
گروه کنترل: 6 هفته اجرای تمرینات والیبال (3 جلسه در هفته - روزهای فرد)
طبقه بندی
درمانی - غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
سالن والیبال دانشگاه شمال
نام کامل فرد مسوول
احسان علیزاده
آدرس خیابان
خیابان هراز
شهر
آمل
استان
مازندران
کد پستی
۴۶۱۶۱۸۴۵۹۶
تلفن
+98 11 4420 3711
ایمیل
info@shomal.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شمال
نام کامل فرد مسوول
حسین رنجبر
آدرس خیابان
خیابان هراز
شهر
آمل
استان
مازندران
کد پستی
۴۶۱۶۱۸۴۵۹۶
تلفن
+98 11 4420 3711
ایمیل
info@shomal.ac.ir
ردیف بودجه

کد بودجه

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

عنوان منبع مالی
دانشگاه شمال

درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع
10

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
موارد دیگر

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد
دانشگاه شمال

نام کامل فرد مسوول
محمدرضا اسماعیل زاده طلوع

موقعیت شغلی
استادیار

آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی ورزشی

آدرس خیابان
خیابان هراز

شهر
آمل

استان
مازندران

کد پستی
۴۶۱۶۱۸۴۵۹۶

تلفن
3638 4420 11 98+

ایمیل
r48.toloee@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد
دانشگاه شمال

نام کامل فرد مسوول
نادر حامدچمن

موقعیت شغلی
استادیار

آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی ورزشی

آدرس خیابان
خیابان هراز

شهر
آمل

استان
مازندران

کد پستی
۴۶۱۶۱۸۴۵۹۶

تلفن
3638 4420 11 98+

ایمیل
nader.hamedchaman@gmail.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد
دانشگاه شمال

نام کامل فرد مسوول
نادر حامدچمن

موقعیت شغلی
استادیار

آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی ورزشی

آدرس خیابان
خیابان هراز

شهر
آمل

استان
مازندران

کد پستی
۴۶۱۶۱۸۴۵۹۶

تلفن
3638 4420 11 98+

ایمیل
nader.hamedchaman@gmail.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD
اطلاعات بیشتری وجود ندارد

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)
مصداق ندارد

عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
بخشی از مشخصات عمومی داوطلبان ازجمله سن، سابقه فعالیت نظامی و ترکیب بدن آنها اشتراک گذاری خواهند شد.

بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
شروع دوره دسترسی پس از چاپ نتایج امکانپذیر خواهد بود

کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
مربیان و باشگاه ها و مراکز سلامت

به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
مراکز تحقیقاتی با هدف بررسی ابعاد مختلف سلامت و عملکرد افراد میتوانند از داده های غیر قابل شناسایی فردی در جهت انجام غربالگری

ها یا اجرای مطالعه فراتحلیل استفاده کنند

برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود

آدرس ایمیل نویسنده مسئول آقای دکتر محمدرضا اسماعیل زاده طلوع r48.toloee@gmail.com

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

ارسال ایمیل به نویسنده مسئول - بررسی وابستگی سازمانی و هدف درخواست کننده

سایر توضیحات