پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۸

مقایسه تمرینات ترکیبی فوم رولر و هوازی با تمرینات فوم رولر به‌تنهایی بر سطوح سایتوکاین و آدیپوکاین در مردان سالمند کم‌تحرک دارای اضافه وزن

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
مقایسه اثر ترکیب تمرینات فوم رولر و هوازی با تمرینات فوم رولر به‌تنهایی بر سطوح سایتوکاین و آدیپوکاین در مردان سالمند کم‌تحرک دارای اضافه وزن
طراحی
این کارآزمایی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی و کور نشده که با استفاده از از روش تصادفی سازی ساده بر روی ۳۱ ازمودنی سالمند مرد کم تحرک دارای اضافه وزن صورت گرفت. برای تصادفی سازی از جدول اعداد تصادفی استفاده شد.
نحوه و محل انجام مطالعه
محل انجام مطالعه در سالن فوتسال سرپوشیده استان کرمان انجام گرفت و جمعیت مورد مطالعه این کارازمایی سالمندان مرد کم تحرک در بازه سنی ۶۰ تا ۷۰ سال بودند.
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
شرایط ورود: فعالیت بدنی منظم در طول هفته نداشته باشند(حداقل ۳ روز در هفته و به مدت ۳۰ دقیقه)، سالمندان دارای اضافه وزن و در محدوده سنی ۶۰ تا ۷۰ سال. شرایط عدم ورود: ابتلا به بیماری های خاص مانند...(ام اس، سرطان، پارکینسون)؛ انجام جراحی در چند ماه اخیر
گروه‌های مداخله
گروه مداخله ۱: گروه فوم رولر؛ در این گروه مداخله ازمودنی ها به مدت ۳ ماه فقط تمرینات فوم رولر که شامل تمرینات بالاتنه و پایین تنه بود را انجام دادند. گروه مداخله ۲: گروه فوم رولر- هوازی؛ در این گروه مداخله ازمودنی ها به مدت ۳ ماه پیاده روی سریع یا اهسته دویدن را به همراه تمرینات فوم رولر برای عضلات پایین تنه را انجام دادند. گروه کنترل: در این گروه فقط اندازه گیری های انتروپومتری و ازمایشات خون صورت گرفت و هیچ نوع تمرین یا مداخله ای انجام ندادند.
متغیرهای پیامد اصلی
آپریزین؛ اینترلوکین ۶؛ آدیپولین؛ گلیکوفورین

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20251029067810N1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-08-16, ۱۴۰۵/۰۵/۲۵**
زمان‌بندی ثبت: **retrospective**
آخرین بروز رسانی: **2026-08-16, ۱۴۰۵/۰۵/۲۵**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-08-16, ۱۴۰۵/۰۵/۲۵

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
حمیدرضا شاکرماهانی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تهران
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 34 3261 0540
آدرس ایمیل
hamidreza.shaker@ut.ac.ir

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2023-05-30, ۱۴۰۲/۰۳/۰۹
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2023-06-22, ۱۴۰۲/۰۴/۰۱
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
2023-07-31, ۱۴۰۲/۰۵/۰۹
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
2023-09-01, ۱۴۰۲/۰۶/۱۰
تاریخ خاتمه کارآزمایی
2024-05-27, ۱۴۰۳/۰۳/۰۷

عنوان علمی کارآزمایی
مقایسه تمرینات ترکیبی فوم رولر و هوازی با تمرینات فوم رولر به‌تنهایی بر سطوح سایتوکاین و آدیپوکاین در مردان سالمند کم‌تحرک دارای اضافه وزن

عنوان عمومی کارآزمایی
اثر ترکیب تمرینات فوم رولر و هوازی بر سطوح سایتوکاین و آدیپوکاین در مردان سالمند کم‌تحرک دارای اضافه وزن
هدف اصلی مطالعه
موارد دیگر

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

فعالیت بدنی منظم در طول هفته نداشته باشند(حداقل ۳ روز در هفته و به مدت ۳۰ دقیقه) شرکت کنندگان سابقه مصرف سیگار و مشروبات الکی را نداشته باشند. شرکت کنندگان در ۳ ماه قبل از شروع پروتکل تمرینی جراحی خاصی انجام نداده باشند و شکستگی در اندام های خود نداشته باشند سالمندان دارای اضافه وزن و در محدوده سنی ۶۰ تا ۷۰ سال وارد پروتکل مطالعه شدند.

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

وجود بیماری خاص مانند ...(ام اس، سرطان، پارکینسون) سابقه مصرف سیگار و مشروبات الکلی انجام جراحی خاص در ۳ ماه قبل از شروع پروتکل تمرینی وجود شکستگی در اندام ها

سن

از سن **60 ساله** تا سن **70 ساله**

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه

مصداق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: **50**

حجم نمونه تحقق یافته: **31**

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

تصادفی سازی با استفاده از روش جدول اعداد تصادفی. به این صورت که یک جدول تهیه شد جدولی که از اعداد ۱ تا ۳۱ به صورت کاملا تصادفی مرتب شده اند و به هر یک از ۳۱ ازمودنی یک شماره اختصاص داده شد و برای نقطه شروع و عدد اول مورد نظر با چشم و شانسی یک عدد را انتخاب کرده و از نقطه شروع به صورت ردیفی اعداد را خوانده و برای هر ۳ گروه مداخله اعداد استخراج میشد و در گروه های مداخله و کنترل قرار می گرفتند.

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 و پژوهش دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه تهران

آدرس خیابان

خیابان کارگر شمالی، بالاتر از تقاطع جلال آل احمد، بین خیابان پانزدهم و شانزدهم، روبروی کوی دانشگاه تهران

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1439813117

تاریخ تایید

2023-07-02, ۱۴۰۲/۰۴/۱۱

کد کمیته اخلاق

IR.UT.SPORT.REC.1402.043

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

اضافه وزن در سالمندان

کد ICD-10

E66.3

توصیف کد ICD-10

Overweight

2

شرح

کم تحرکی در سالمندان

کد ICD-10

Z72.3

توصیف کد ICD-10

Lack of physical exercise

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

سطح سرمی آیریزین

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و بعد از ۳ ماه در پایان تمرینات

نحوه اندازه‌گیری متغیر

از طریق تست الایزا

2

شرح متغیر پیامد

سطح سرمی اینترلوکین ۶

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و بعد از ۳ ماه در پایان تمرینات

نحوه اندازه‌گیری متغیر

از طریق تست الایزا

3

شرح متغیر پیامد

سطح سرمی آدیپولین

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و بعد از ۳ ماه در پایان تمرینات

نحوه اندازه‌گیری متغیر

از طریق تست الایزا

4

شرح متغیر پیامد

سطح سرمی گلیکوفورین

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و بعد از ۳ ماه در پایان تمرینات

نحوه اندازه‌گیری متغیر

از طریق تست الایزا

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله ۱: گروه فوم رولر. فوم رولر یک ابزار ورزشی است که برای رهاسازی میوفاشیال از این ابزار استفاده می کنند. در این مطالعه در گروه فوم رولر ۱۱ ازمودنی به مدت ۳ ماه سه روز در هفته در تایمی مشخص در سالن ورزشی تمرینات فوم رولر را انجام دادند. تمرینات گروه فوم رولر شامل تمرینات بالاتنه و پایین تنه میشد که درست بندی مشخص انجام گرفت. فوم رولر استفاده شده در این مداخله ساخت کشور تایوان بوده است.
طبقه بندی
غیره

2

شرح مداخله
گروه مداخله ۲: گروه فوم رولر- هوازی. این گروه شامل ۱۱ ازمودنی بوده و ازمودنی ها به مدت ۳ ماه سه روز در هفته در تایمی مشخص در سالن ورزشی به تمرین می پرداختند. پروتکل هوازی شامل ۴۰ دقیقه پیاده روی سریع یا اهسته دویدن با ۵۰ تا ۶۰ درصد حداکثر ضربان قلب ذخیره انجام شد. تمرینات فوم رولر فقط شامل تمرینات پایین تنه بود.
طبقه بندی
غیره

3

شرح مداخله
گروه کنترل: بدون مداخله. از گروه کنترل تنها نمونه خون و اندازه گیری شاخص های انتروپومتری و ارزیابی های اولیه صورت گرفت. اندازه گیری ها و ازمایشات یک بار قبل از شروع پروتکل تمرینی و یک بار ۳ ماه بعد یعنی بعد از اتمام تمرینات و مداخلات مدنظر.
طبقه بندی
غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
آزمایشگاه پاتوبیولوژی دکتر نشاط
نام کامل فرد مسوول
علی نشاط
آدرس خیابان
بلوار جمهوری اسلامی، بعداز چهارراه امام جمعه، ساختمان آتیه، طبقه اول، آزمایشگاه دکتر نشاط
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
6519541614
تلفن
+98 34 3248 3220
ایمیل
Dr_alineshat@yahoo.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تهران
نام کامل فرد مسوول
دکتر رحمان سوری
آدرس خیابان
خیابان کارگر شمالی - بالاتر از تقاطع جلال آل احمد - بین خیابان پانزدهم و شانزدهم- روبروی کوی دانشگاه تهران
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1587958711
تلفن
+98 21 8835 1730
ایمیل
infosport@ut.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه 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 تهران
نام کامل فرد مسوول
حمیدرضا شاکرماهانی
موقعیت شغلی
محقق
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی
آدرس خیابان
خیابان همتی فر کوچه ۱۹ منزل دوم سمت چپ
شهر
کرمان
استان

کرمان
کد پستی
7618441317
تلفن
+98 34 3261 0540
ایمیل
hamidreza.shaker@ut.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تهران
نام کامل فرد مسوول
حمیدرضا شاکرماهانی
موقعیت شغلی
محقق
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی
آدرس خیابان
خیابان همتی فر، کوچه ۱۹، منزل دوم سمت چپ
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7618441317
تلفن
+98 34 3261 0540
ایمیل
hamidreza.shaker@ut.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تهران
نام کامل فرد مسوول
حمیدرضا شاکرماهانی
موقعیت شغلی
محقق
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی
آدرس خیابان
خیابان همتی فر، کوچه ۱۹، منزل دوم سمت چپ
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7618441317
تلفن
+98 34 3261 0540
ایمیل
hamidreza.shaker@ut.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
مصداق ندارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
مصداق ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
مصداق ندارد
عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
فقط بخشی از داده ها امکان اشتراک گذاری دارد داده های مربوط به فاکتورهای اصلی مقاله که شامل اینترلوکین ۶ ، آیریزین، ادیپولین و گلیکوفورین است.
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
۶ ماه پس از چاپ نتایج
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
مربیان و محققین شاغل در موسسات دانشگاهی
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
با در جریان گذاشتن نویسنده های مقاله
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
حمیدرضا شاکر ماهانی hamidreza.shaker@ut.ac.ir
09211986959
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
پس از صحبت با نویسنده در بازه زمانی مناسب ارسال می شود
سایر توضیحات