پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۷

اثر و ماندگاری تمرینات پایدار سازی عصبی عضلانی پویا بر درد، ناتوانی، سلامت روان، کیفیت زندگی، دامنه حرکتی، حس عمقی کمری لگنی، استقامت و تعادل زنان مبتلا به کمردرد مزمن غیر اختصاصی

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

اثر و ماندگاری تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا بر درد، ناتوانی، سلامت روان، کیفیت زندگی، دامنه حرکتی، حس عمقی کمری لگنی، استقامت و تعادل زنان مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی

طراحی

گروه مداخله: گروه مداخله به مدت 15هفته هفته ای 3جلسه و هر جلسه 45 تا 60دقیقه به انجام تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا پرداختند

نحوه و محل انجام مطالعه

گروه مداخله: گروه مداخله به مدت 15هفته هفته ای 3جلسه و هر جلسه 45 تا 60دقیقه به انجام تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا پرداختند

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

جنسیت زن قرارگیری در دامنه سنی 40 تا 55 سال کمردرد مزمن غیراختصاصی عدم وجود بیماری‌های زمینه‌ای که روی نتایج تأثیر بگذارد (مانند بیماری‌های روماتولوژی، تنگی کانال نخاع و غیره) وجود درد حداقل در 3 ماه گذشته غیبت در 3 جلسه از تمرینی ایجاد آسیب و درد در طول دوره تمرین عدم تمایل به ادامه شرکت در تمرین

گروه‌های مداخله

تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا - کنترل

متغیرهای پیامد اصلی

تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20250208064684N2**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-01-09, ۱۴۰۴/۱۰/۱۹**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-01-09, ۱۴۰۴/۱۰/۱۹**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2026-01-09, ۱۴۰۴/۱۰/۱۹

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

مارال امینی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه تهران

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 21 8835 1730

آدرس ایمیل

maral.am28@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2026-01-30, ۱۴۰۴/۱۱/۱۰

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2026-04-30, ۱۴۰۵/۰۲/۱۰

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

اثر و ماندگاری تمرینات پایدار سازی عصبی عضلانی پویا بر درد، ناتوانی، سلامت روان، کیفیت زندگی، دامنه حرکتی، حس عمقی کمری لگنی، استقامت و تعادل زنان مبتلا به کمردرد مزمن غیر اختصاصی

عنوان عمومی کارآزمایی

اثر و ماندگاری تمرینات پایدار سازی عصبی عضلانی پویا بر درد، ناتوانی، سلامت روان، کیفیت زندگی، دامنه حرکتی، حس عمقی کمری لگنی، استقامت و تعادل زنان مبتلا به کمردرد مزمن غیر اختصاصی

هدف اصلی مطالعه

موارد دیگر

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

جنسیت زن قرارگیری در دامنه سنی 40 تا 55 سال کمردرد مزمن غیراختصاصی عدم وجود بیماری‌های زمینه‌ای که روی نتایج تأثیر بگذارد (مانند بیماری‌های روماتولوژی، تنگی کانال نخاع و غیره)وجود درد حداقل در 3 ماه گذشته

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
غیبت در 3 جلسه از تمرینی- ایجاد آسیب و درد در طول دوره تمرین - عدم تمایل به ادامه شرکت در تمرین

سن
از سن **40 ساله** تا سن **55 ساله**

جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

- ارزیابی کننده پیامد
- آنالیز کننده داده

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **32**

تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی
تعداد30 نفر زن با تایید پزشک متخصص ارتوپد بر اساس معیارهای ورود به تحقیق به صورت هدفمند و در دسترس انتخاب و در سه گروه قرار گرفتند و به صورت تصادفی و مساوی به دو گروه مداخله و یک گروه کنترل تقسیم شدند. به منظور اختصاص تصادفی آزمودنی ها به گروه های مداخله و کنترل، برای هر آزمودنی یک عدد در نظر گرفته شد، اعداد بصورت تصادفی و با استفاده از جدول اعداد تصادفی بین سه گروه تقسیم شدند. جهت پنهان سازی اعداد در هر گروه بر روی کاغذ نوشته شد، و هر یک در یک پاکت مهر و موم شده مات جداگانه نگه داشته میشد. از هر آزمودنی خواسته میشد تا یکی از پاکت نامه ها را انتخاب کند و بر اساس عدد در یکی از گروه ها قرار می گرفت.

کور سازی (به نظر محقق)
یک سویه کور

توصیف نحوه کور سازی
آزمونگر برای تاثیر نگذاشتن در نحوه آزمون و نتایج، از اینکه آزمودنی ها در کدام گروه (مداخله یا کنترل) قرار دارند کور نگه داشته شده است و همچنین آزمودنی ها با اطلاع کامل در مورد پژوهش و پر کردن فرم رضایت نامه جهت شرکت در یک مطالعه ابراز رضایت کردند

دارو نما
ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه
موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه
مدالیته برای توانبخشی بیماران کمردرد مزمن غیراختصاصی

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق
کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه مازندران

آدرس خیابان
مازندران - بابلسر - خیابان پاسداران - سازمان مرکزی

شهر
بابلسر

استان
مازندران

کد پستی
47416-13534

تاریخ تایید
2025-09-28, ۱۴۰۴/۰۷/۰۶

کد کمیته اخلاق
IR.UMZ.REC.1404.042

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
کمردرد مزمن غیراختصاصی

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

2

شرح
کمردرد مزمن غیراختصاصی

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
اثر و ماندگاری تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا بر درد، ناتوانی، سلامت روان، کیفیت زندگی، دامنه حرکتی، حس عمقی کمری لگنی، استقامت و تعادل زنان مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله- 2 روز بعد از اتمام هشت هفته سپس ماندگاری 1 ماهه

نحوه اندازه‌گیری متغیر
تست اکستنشن کمر- اندازه گیری حس عمقی با گونیامتر- تست شکم- تست صندلی- پلانک معمولی- تست شاریند رومبرگ -مقیاس بصری درد- پرسشنامه سلامت روان-پرسشنامه کیفیت زندگی و پرسشنامه ناتوانی عملکردی آسوستری

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد
تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
3 ماه

نحوه اندازه‌گیری متغیر
تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: گروه مداخله به مدت 8هفته هفته ای 3جلسه و هر جلسه 45 تا 60دقیقه به انجام تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا پرداختند. گروه کنترل

طبقه بندی

توانبخشی

2

شرح مداخله
گروه کنترل: گروه کنترل در طی این مدت زمان(هشت هفته) در هیچگونه فعالیت درمانی شرکت نداشته و به فعالیت های عادی روزانه مشغول بودن
طبقه بندی
غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
ارتوپد
نام کامل فرد مسوول
ارتوپد
آدرس خیابان
اصفهان
شهر
اصفهان
استان
اصفهان
کد پستی
0000
تلفن
+98 913 315 2168
ایمیل
maral.am28@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه مازندران
نام کامل فرد مسوول
دانشگاه مازندران
آدرس خیابان
مازندران - بابلسر - خیابان پاسداران - سازمان مرکزی
شهر
بابلسر
استان
مازندران
کد پستی
47416-13534
تلفن
+98 11 3530 2000
ایمیل
international@umz.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه مازندران
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع
50
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 مازندران
نام کامل فرد مسوول
حامد باباگل تبار سماکوش
موقعیت شغلی
استادیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
آدرس خیابان
مازندران - بابلسر - خیابان پاسداران - سازمان مرکزی
شهر
بابلسر
استان
مازندران
کد پستی
47416-13534
تلفن
h.babagoltabar@umz.ac.ir
ایمیل
h.babagoltabar@umz.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه مازندران
نام کامل فرد مسوول
حامد بابا گل تبار سماکوش
موقعیت شغلی
استادیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
آدرس خیابان
مازندران - بابلسر - خیابان پاسداران - سازمان مرکزی
شهر
بابلسر
استان
مازندران
کد پستی
47416-13534
تلفن
h.babagoltabar@umz.ac.ir
ایمیل
h.babagoltabar@umz.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد
دانشگاه تهران
نام کامل فرد مسوول
مارال امینی
موقعیت شغلی
دکترا
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
آدرس خیابان
اصفهان
شهر
اصفهان
استان
اصفهان
کد پستی
000000
تلفن
maral.am28@gmail.com
ایمیل
maral.am28@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)
مصداق ندارد
عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
ازمون ها و تست ها پیش و پس و ماندگاری
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
از سال 1405-1406
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
محققین و شاغلین و سایر افراد
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
استفاده جهت توانبخشی
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
تیم تحقیق ایمیل maral.am28@gmail.com
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
ایمیل
سایر توضیحات