

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

**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 از مطالعه

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 غیر اختصاصی

### طراحی

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

### نحوه و محل انجام مطالعه

گروه مداخله: گروه مداخله به مدت 15 هفته هفته ای 3 جلسه و هر جلسه 45 تا 60 دقیقه 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 غیر اختصاصی 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 تأیید ثبت در مرکز: 09-01-2026, 1404/10/19

زمان بندی ثبت: prospective

آخرین بروز رسانی: 09-01-2026, 1404/10/19

تعداد بروز رسانی‌ها: 0

تاریخ تأیید ثبت در مرکز

09-01-2026, 1404/10/19

### 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, 1404/11/10

### تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2026-04-30, 1405/02/10

### 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:

استان  
مازندران  
کد پستی  
47416-13534  
تاریخ تایید  
۱۴۰۴/۰۷/۰۶, 2025-09-28  
کد کمیته اخلاق  
IR.UMZ.REC.1404.042

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

## 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 شارپند رومیبرگ- 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 8 هفته هفته ای 3 جلسه و هر  
جلسه 45 تا 60 دقیقه به انجام تمرینات پایدارسازی عصبی عضلانی پویا  
پرداختند. گروه کنترل  
طبقه بندی

## فاز مطالعه

مصدق 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

تعداد 30 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 آزمودنی‌ها به  
گروه‌های 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 نامه‌ها  
را انتخاب کند و بر اساس عدد در یکی از گروه‌ها قرار می‌گرفت.

## کور سازی (به نظر محقق)

یک سوپه کور

## توصیف نحوه کور سازی

آزمونگر برای تأثیر 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 آزمودنی‌ها 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

مدالیه 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

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

شرح مداخله  
گروه کنترل: 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

## 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 حوزه های کاری/تخصص ها  
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 حوزه های کاری/تخصص ها  
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

## مراکز بیمار گیری

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

## حمایت کنندگان / منابع مالی

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  
2000 3530 11 98+  
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

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه تهران

نام کامل فرد مسوول

مارال امینی

موقعیت شغلی

دکتر

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)

مصادق ندارد

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

آزمون‌ها و تست‌ها 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