

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۳/۲۰

تأثیر هشت هفته تمرینات پیشگیری از آسیب شانه مبتنی بر عملکرد اندام فوقانی و دامنه ی حرکتی مفصل گلهومورال والیبالیست ها

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 25-12-2025, ۱۴۰۴/۱۰/۰۴
زمان بندی ثبت: prospective

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

تأثیر هشت هفته تمرینات پیشگیری از آسیب شانه بر دامنه ی حرکتی و عملکرد والیبالیست های نوجوان

طراحی

کارآزمایی بالینی دارای یک گروه مداخله و یک گروه کنترل، بدون کورسازی، تصادفی شده ی ساده، فاز صفر بر روی 60 والیبالیست است که برای تصادفی سازی از فانکشن rand نرم افزار اکسل استفاده شد

نحوه و محل انجام مطالعه

این پژوهش در سالن ورزشی دانشگاه شهید بهشتی بر روی ۶۰ والیبالیست (۳۰ زن و ۳۰ مرد) اجرا می شود. مداخله شامل ۸ هفته تمرینات پیشگیری از آسیب شانه (۳ جلسه در هفته، هر جلسه ۲۰ دقیقه) در قالب برنامه گرم کردن است. ارزیابی دامنه حرکتی با گونیامتر و عملکرد اندام فوقانی با تست آزمون عملکردی زنجیره ی بسته انجام خواهد شد

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

شرایط ورود به مطالعه: حداقل 3 جلسه تمرین منظم در هفته؛ عدم سابقه جراحی ستون فقرات یا اندام فوقانی، سابقه شرکت در ورزش والیبال به مدت 2 سال، دامنه ی سنی 12 الی 15 سال شرایط عدم ورود به مطالعه: دامنه ی سنی بالا و پایین تر، عدم تمایل به دامنه ی پژوهش، داشتن آسیب در اندام ها

گروه های مداخله

مداخله ی پژوهش حاضر تمرینات پیشگیری از آسیب شانه مرکز تحقیقات ترومای ورزشی اسلو است که توسط مرکز تحقیقاتی پیشگیری از آسیب اسلو طراحی شده است، این تمرینات به مدت 8 هفته و 3 جلسه در هر هفته به مدت 20 دقیقه به عنوان پروتکل گرم کردن شانه انجام خواهد شد. در گروه کنترل مداخله ای صورت نمی گیرد و به برنامه ی عادی خود می پردازند

متغیرهای پیامد اصلی

پیامد اصلی شامل میزان دامنه حرکتی چرخش داخلی و خارجی مفصل شانه، وضعیت عملکرد و تعادل اندام فوقانی و همچنین نرخ بروز آسیب های ورزشی است.

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20240306061185N6

آخرین بروز رسانی: 25-12-2025, ۱۴۰۴/۱۰/۰۴
تعداد بروز رسانی ها: 0
تاریخ تایید ثبت در مرکز
25-12-2025, ۱۴۰۴/۱۰/۰۴

اطلاعات تماس ثبت کننده نام

حسین رضائی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید بهشتی

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

3177 3562 24 98+

آدرس ایمیل

hosse.rezaei@mail.sbu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
28-12-2025, ۱۴۰۴/۱۰/۰۷

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
31-12-2025, ۱۴۰۴/۱۰/۱۰

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر هشت هفته تمرینات پیشگیری از آسیب شانه مبتنی بر عملکرد اندام فوقانی و دامنه ی حرکتی مفصل گلهومورال والیبالیست ها

عنوان عمومی کارآزمایی

تمرینات پیشگیری از آسیب شانه والیبالیست ها

هدف اصلی مطالعه

پیشگیری

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

داشتن 3 جلسه تمرین منظم در هفته دامنه ی سنی 12 الی 15 سال
عدم سابقه جراحی ستون فقرات یا اندام فوقانی سابقه شرکت در
ورزش والیبال به مدت 2 سال

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سنین بالا و پایین تر عدم تمایل به شرکت در پژوهش داشتن آسیب در
اندام ها

سن

از سن 12 ساله تا سن 15 ساله

جنسیت

هر دو

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش بینی شده: 60

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

در این پژوهش از روش تصادفی سازی ساده استفاده می شود و واحد
تصادفی سازی "فرد" است. توالی تصادفی در نرم افزار اکسل با
استفاده از تابع RAND تولید شده و برای گروه بندی از تابع MOD
ROW استفاده می گردد. جهت رعایت پنهان سازی تخصیص، کد
تخصیص هر فرد پس از تعیین در اکسل، داخل پاکت های ناخوانا و
در بسته قرار داده می شود.

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه های مطالعه

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین المللی

خالی

تاییدیه کمیته های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه شهید بهشتی

آدرس خیابان

تهران_ ولنجک_ میدان شهریار_ دانشگاه شهید بهشتی

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1983969411

تاریخ تایید

11-10-2025, 19/07/1404

کد کمیته اخلاق

IR.SBU.REC.1404.185

بیماری های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

پیشگیری از بروز درد و آسیب شانه

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

دامنه ی حرکتی

مقاطع زمانی اندازه گیری

قبل از مداخله مداخله و هشت هفته بعد

نحوه اندازه گیری متغیر

گونیا متر 360 درجه

2

شرح متغیر پیامد

آزمون عملکردی اندام فوقانی زنجیره ی بسته

مقاطع زمانی اندازه گیری

قبل از مداخله مداخله و هشت هفته بعد

نحوه اندازه گیری متغیر

آزمون عملکردی اندام فوقانی زنجیره ی بسته: دستها باید در حالت
شنا سوئدی روی نوارها قرار گیرد و سپس یکی از دستها از روی زمین
برداشته شد درحالیکه روی یکی از دستها تعادل را حفظ کند، دست
راهنما را از روی زمین برداشته و به نوار دستی که روی آن تکیه داده
نزدیک و آن را لمس کند. سپس به حالت اولیه شنا سوئدی برگشته و با
دست دیگر نیز حرکت را تکرار کند

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: تمرینات پیشگیری از آسیب شانه مرکز تحقیقات ترومای
ورزشی اسلو است که توسط مرکز تحقیقاتی پیشگیری از آسیب اسلو
جهت پیشگیری از آسیب شانه ابداع شد. گروه تمرینی به مدت هشت
هفته، سه جلسه در هفته به مدت 20 دقیقه از این پروتکل جهت گرم
کردن استفاده خواهند کرد. برای اندازه گیری متغیر های دامنه ی
حرکتی چرخش داخلی و خارجی شانه از گونیا متر و برای ارزیابی
عملکرد از تست عملکردی زنجیره ی بسته در پیش آزمون و پس
آزمون استفاده خواهد شد

طبقه بندی

پیشگیری

2

شرح مداخله

گروه کنترل: در مدت زمان پژوهش در گروه کنترل مداخله ای صورت
نمیگیرد و به تمرینات معمول خود خواهند پرداخت همچنین دامنه ی
حرکتی چرخش داخلی و خارجی شانه و تست عملکردی زنجیره ی
بسته در پیش آزمون و پس آزمون مورد اندازه گیری قرار خواهد گرفت

طبقه بندی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید بهشتی

نام کامل فرد مسوول

حسین رضائی

موقعیت شغلی

دانشجوی دکتری

آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی

آدرس خیابان

صایین قلعه_ میدان امام حسین_ خیابان نواب صفوی پلاک 403

شهر

صایین قلعه

استان

زنجان

کد پستی

4574148543

تلفن

3177 3562 24 98+

ایمیل

hosse.rezaei@mail.sbu.ac.ir

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

آزمایشگاه علوم ورزشی دانشگاه شهید بهشتی

نام کامل فرد مسوول

سیروس شیخی

آدرس خیابان

تهران_ ولنجک_ میدان شهریار_ دانشگاه شهید بهشتی

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1983969411

تلفن

1953 2243 21 98+

ایمیل

Moh_hosseini@sbu.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید بهشتی

نام کامل فرد مسوول

دکتر سید محمد حسینی

آدرس خیابان

تهران_ ولنجک_ میدان شهریار_ دانشگاه شهید بهشتی

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1983969411

تلفن

1953 2243 21 98+

ایمیل

moh_hosseini@sbu.ac.ir

ردیف بودجه

کد بودجه

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

خیر

عنوان منبع مالی

دانشگاه شهید بهشتی

درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع

100

بخش عمومی یا خصوصی

عمومی

مبدأ اعتبار از داخل یا خارج کشور

داخلی

طبقه بندی منابع اعتبار خارجی

خالی

کشور مبدأ

طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار

دانشگاهی

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید بهشتی

نام کامل فرد مسوول

حسین رضائی

موقعیت شغلی

دانشجوی دکتری

آخرین مدرک تحصیلی

فوق لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی

آدرس خیابان

صایین قلعه_ میدان امام حسین_ خیابان نواب صفوی پلاک 403

شهر

صایین قلعه

استان

زنجان

کد پستی

4574148543

تلفن

3177 3562 24 98+

ایمیل

hosse.rezaei@mail.sbu.ac.ir

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید بهشتی

نام کامل فرد مسوول

حسین رضائی

موقعیت شغلی

دانشجوی دکتری

آخرین مدرک تحصیلی

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

پروتکل مطالعه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

نقشه آنالیز آماری
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

فرم رضایتنامه آگاهانه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

گزارش مطالعه بالینی
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

کدهای استفاده شده در آنالیز
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست

فوق لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی

آدرس خیابان

صایین قلعه_ میدان امام حسین_ خیابان نواب صفوی پلاک 403

شهر

صایین قلعه

استان

زنجان

کد پستی

4574148543

تلفن

3177 3562 24 98+

ایمیل

hosse.rezaei@mail.sbu.ac.ir