پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۷

تأثیر تمرینات ثبات مرکزی همراه با تکنیک الکساندر بر تعادل، شاخص های روانشناختی و درد زنان مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی.

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
تأثیر تمرینات ثبات مرکزی همراه با تکنیک الکساندر بر تعادل ، شاخص های روانشناختی و درد زنان مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی
طراحی
کارآزمایی بالینی دارای دو گروه کنترل و تمرین، با گروه های موازی، یک سویه کور، تصادفی شده روی 30 بیمار و روش تصادفی سازی به صورت قرعه کشی
نحوه و محل انجام مطالعه
این مطالعه در آزمایشگاه توانبخشی ورزشی دانشگاه بوعلی سینا انجام خواهد شد. آزمودنی ها در دو گروه در دو مقطع زمان پیش آزمون و پس آزمون اقدام به تکمیل فرم پرسشنامه های: درد، کیفیت زندگی، شاخص ناتوانی، ترس از حرکت، و جهت ارزیابی تعادل ایستا و پویا از دستگاه فوت پرشر استفاده خواهد شد. آنالیزکننده ها نسبت به گروه بندی کور خواهد شد.
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
معیار های ورود به پژوهش شامل1. درد بیش از 12 هفته در ستون فقرات 2. نداشتن سابقه جراحی در ستون فقرات 3.دامنه سنی 30 تا 50 سال.معیارهای خروج شامل 1.شاخص توده بدنی غیرنرمال 2. دفورمیتی شدید اندام تحتانی و فوقانی 3.سابقه جراحی 4 . اختلالات عصبی عضلانی و نورولوزیکی
گروه‌های مداخله
تمرینات جامع ثبات مرکزی همراه با تمرینات الکساندر .
متغیرهای پیامد اصلی
درد، ناتوانی عملکردی، کیفیت زندگی، ترس از حرکت، تعادل ایستا و پویا

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260512069366N1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-06-03, ۱۴۰۵/۰۳/۱۳**
زمان‌بندی ثبت: **registered_while_recruiting**

آخرین بروز رسانی: **2026-06-03, ۱۴۰۵/۰۳/۱۳**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-06-03, ۱۴۰۵/۰۳/۱۳

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
فاطمه قاسمعلی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه بوعلی سینا همدان
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 81 3622 2715
آدرس ایمیل
f0373712@gmail.com

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2026-05-31, ۱۴۰۵/۰۳/۱۰
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2026-06-10, ۱۴۰۵/۰۳/۲۰
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
تأثیر تمرینات ثبات مرکزی همراه با تکنیک الکساندر بر تعادل، شاخص های روانشناختی و درد زنان مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی.

عنوان عمومی کارآزمایی
تأثیر تمرینات ثبات مرکزی همراه با تکنیک الکساندر بر تعادل، شاخص های روانشناختی و درد زنان مبتلا به کمردرد مزمن غیراختصاصی.
هدف اصلی مطالعه
درمانی
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
درد بیش از 12 هفته در ستون فقرات نداشتن سابقه جراحی در ستون فقرات دامنه سنی 30 تا 50 سال

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
شاخص توده بدنی غیرنرمال دفورمیتی شدید اندام تحتانی و فوقانی سابقه جراحی اختلالات عصبی عضلانی و نورولوژیکی

سن
از سن **30 ساله** تا سن **50 ساله**

جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

- آنالیز کننده داده

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **30**

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

توصیف نحوه تصادفی سازی
تصادفی سازی به روش قرعه کشی بود. عناوین کنترل و تجربی را بر روی کاغذهایی می نویسیم و از آزمودنی ها می خواهیم که هر کدام یکی از آن هارا بردارند.

کور سازی (به نظر محقق)
یک سویه کور

توصیف نحوه کور سازی
آنالیز کننده داده ها از تقسیسم بندی گروه ها اطلاع نخواهند داشت(اطلاعات گروه ها در قالب گروه 1 و 2 برای هر شرکت کننده با کد در اختیار آنالیز کننده ها قرار خواهد گرفت).

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/ کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه بوعلی سینا همدان

آدرس خیابان
همدان خیابان شهید مصطفی احمدی روشن

شهر
همدان

استان
همدان

کد پستی
38695-65178

تاریخ تایید
2025-10-05, ۱۴۰۴/۰۷/۱۳

کد کمیته اخلاق
IR.BASU.REC.1404.034

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
کمردرد مزمن غیراختصاصی

کد ICD-10
M54.5

توصیف کد ICD-10
Low back pain

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
درد افراد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
پیش آزمون و پس آزمون یعنی قبل از شروع اولین جلسه تمرین و یک روز پس از اتمام آخرین جلسه تمرینی.

نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسنامه VAS (مقیاس آنالوگ بصری)

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد
شاخص های روان شناختی (کیفیت زندگی_ ناتوانی عملکردی_ ترس از حرکت)، تعادل ایستا و پویا.

مقاطع زمانی اندازه‌گیری
پیش آزمون و پس آزمون

نحوه اندازه‌گیری متغیر
جهت ارزیابی شاخص های روانشناختی از پرسش نامه های زیر استفاده خواهد شد: 1_ جهت اندازه گیری کیفیت زندگی از پرسش نامه (2 .(SF-36_ جهت اندازه گیری ناتوانی عملکردی از پرسش نامه(3.(oswestry_جهت اندازه گیری ترس از افراد از پرسش نامه(tempa) استفاده خواهد شد همچنین جهت ارزیابی تعادل ایستا و پویا از دستگاه pressure foot(اسکنر فشار کف پا) استفاده خواهد شد که سیستمی الکترونیکی برای ثبت و تحلیل توزیع فشار کف پا در حالت ایستاده و راه رفتن است. این دستگاه نقاط پر فشار کف پا را در حالت ایستاده یا گام برداشتن شناسایی می کند.

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: پروتکل تمرینات جامع ثبات مرکزی همراه با تکنیک الکساندر که در پژوهش حاضر به مدت هشت هفته سه جلسه در هفته و هر جلسه به مدت 60 دقیقه انجام می‌گیرد.تمرینات ثبات مرکزی شامل حرکت شتر گربه، پل باسن روی کف پا، چرخش روسی پا روی زمین، کرانچ نیمه شکم، حشره مرده، پلانک شکم زانو خمیده، پلانک پهلو زانو روی زمین می باشد.همچنین پروتکل تمرینی تکنیک الکساندر شامل آموزش آگاهی بدنی، تنفس طبیعی و آزاد سازی عضلات، نشستن و برخواستن بدون فشار اضافه، ایستادن آگاهانه در موقعیت، گام برداشتن آرام، تعادل روی یک پا همراه با بازخورد، حرکات انتقال وزن در حالت ایستاده وهماهنگی حرکات تنه و اندام فوقانی ، قدم زدن به طرفین با توقف ناگهانی، تمرینات ترکیبی، شبیه سازی موقعیت های واقعی میباشد.

طبقه بندی
درمانی - غیره

2

شرح مداخله
گروه کنترل: در شروع پژوهش تمام آزمون ها از افراد گروه کنترل

گرفته شده و این افراد در هیچ یک از مداخلات توانبخشی حضور نداشتند، همچنین مشغول گذراندن زندگی معمولی و روتین خود بودند در حالی که فعالیت های روزانه خود را در این 8 هفته انجام میدادند. و بعد سپری شدن 8 هفته از آنها پست تست گرفته می شود.

طبقه بندی
درمانی - غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشگاه بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
علی یلفانی
آدرس خیابان
همدان خیابان شهید مصطفی احمدی روشن
شهر
همدان
استان
همدان
کد پستی
38695-65178
تلفن
+98 81 3140 2863
فکس
+98 81 3622 2715
ایمیل
yalfani@basu.ac.ir
آدرس صفحه وب
https://www.basu.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
معاونت پژوهشی دانشگاه بوعلی سینا همدان
نام کامل فرد مسوول
غلامحسین مجذوبی
آدرس خیابان
چهارباغ شهید مصطفی احمدی روشن، دانشگاه بوعلی سینا معاونت امور پژوهش.
شهر
hamedan
استان
همدان
کد پستی
38695-65178
تلفن
+98 81 3140 2863
فکس
+98 81 3622 2715
ایمیل
sakhai@basu.ac.ir
آدرس صفحه وب
https://www.basu.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
معاونت پژوهشی دانشگاه بوعلی سینا همدان
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 بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
علی یلفانی
موقعیت شغلی
استاد
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
مدیریت توانبخشی
آدرس خیابان
خیابان شهید مصطفی احمدی روشن دانشگاه بوعلی سینا
شهر
همدان
استان
همدان
کد پستی
38695-65178
تلفن
+98 81 3140 2863
فکس
+98 81 3622 2715
ایمیل
yalfani@basu.ac.ir
آدرس صفحه وب
https://www.basu.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
علی یلفانی
موقعیت شغلی
استاد
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
مدیریت توانبخشی
آدرس خیابان
خیابان شهید مصطفی احمدی روشن دانشگاه بوعلی سینا
شهر
hamedan

استان
همدان
کد پستی
38695-65178
تلفن
+98 81 3140 2863
فکس
+98 81 3622 2715
ایمیل
yalfani@basu.ac.ir
آدرس صفحه وب
https://www.basu.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه بوعلی سینا
نام کامل فرد مسوول
علی یلفانی
موقعیت شغلی
استاد
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
مدیریت توانبخشی
آدرس خیابان
خیابان شهید مصطفی احمدی روشن دانشگاه بوعلی سینا
شهر
همدان
استان
همدان
کد پستی
38695-65178
تلفن
+98 81 3140 6328
فکس
+98 81 3622 2715
ایمیل
yalfani@basu.ac.ir
آدرس صفحه وب
https://www.basu.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
مصداق ندارد
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
فایل های دیتاهای اندازه گیری شده توسط آزمونگران پس از پایان مطالعه در صورت نیاز به اشتراک گذاشته خواهد شد.
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
شروع دوره یک سال پس از چاپ نتایج و مقالات
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
محققان و پژوهشگران که حیطه کاری آن ها مشابه با پژوهش حاضر باشد و در دانشگاه ها شاغل میباشند.
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
دیتاهای مطالعه حاضر تنها جهت مقایسه با مطالعات آینده در اختیار سایر پژوهشگران قرار خواهد گرفت و استفاده از دیتاها و تجزیه و تحلیل آن ها غیرمجاز می باشد.
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
آدرس پست الترونیک f.ghasemali@phe.basu.ac.ir
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
توضیحات کامل در رابطه با پژوهش ارائه شود و جزئیات استفاده از دیتاها نیز کاملا شرح داده شود.
سایر توضیحات