

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۶/۲۰

مقایسه اثر شش هفته تمرینات عصبی-عضلانی و تمرینات ثبات مرکزی بر تعادل پویا، حرکات عملکردی و حس عمقی مفصل زانو در تکواندوکاران جوان مبتلا به سندرم درد پاتلوفمورال (PFPS)

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20260606069658N1
تاریخ تایید ثبت در مرکز: 01-08-2026, ۱۴۰۵/۰۵/۱۰
زمان بندی ثبت: prospective

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

هدف از این مطالعه، مقایسه تأثیر شش هفته تمرینات عصبی-عضلانی و تمرینات ثبات مرکزی بر تعادل پویا، حرکات عملکردی و حس عمقی مفصل زانو در تکواندوکاران جوان مبتلا به سندرم درد پاتلوفمورال است

طراحی

کارآزمایی بالینی تصادفی شده، یک سویه کور، با گروه های موازی که در آن تخصیص آزمودنی ها به گروه ها با استفاده از روش تصادفی سازی ساده (قرعه کشی) انجام می شود

نحوه و محل انجام مطالعه

محل انجام مطالعه: آکادمی تکواندو جوانه برسام واقع در خیابان ملافتح الله، خیابان مشفق کاشانی، کاشان؛ جمعیت مورد مطالعه: تکواندوکاران جوان مبتلا به سندرم درد پاتلوفمورال؛ نوع کورسازی: یک سویه کور؛ نحوه کورسازی: در این مطالعه ارزیاب نتایج از تخصیص گروه ها آگاهی نخواهد داشت.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

معیارهای ورود: وجود درد در ناحیه جلوی زانو در حداقل دو فعالیت روزمره یا ورزشی؛ تشخیص سندرم درد پاتلوفمورال (PFPS) توسط فیزیوتراپیست یا متخصص پزشکی ورزشی؛ نداشتن سابقه آسیب شدید زانو در شش ماه گذشته؛ امکان حضور منظم در تمرینات تکواندو حداقل سه جلسه در هفته، معیارهای عدم ورود: سابقه جراحی اندام تحتانی؛ وجود آسیب شدید زانو (رباط، مینیسک یا شکستگی) در شش ماه گذشته

گروه های مداخله

گروه مداخله: تمرینات عصبی-عضلانی و تمرینات ثبات مرکزی به مدت ۶ هفته، شامل ۳ جلسه در هفته، جهت بهبود تعادل پویا، حرکات عملکردی و حس عمقی زانو در تکواندوکاران مبتلا به سندرم درد پاتلوفمورال. گروه کنترل: عدم دریافت مداخله تمرینی اختصاصی و ادامه تمرینات معمول تکواندو در طول دوره ۶ هفته ای مطالعه

متغیرهای پیامد اصلی

تعادل پویا، حرکات عملکردی، حس عمقی زانو

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

آخرین بروز رسانی: 01-08-2026, ۱۴۰۵/۰۵/۱۰
تعداد بروز رسانی ها: 0
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-08-01, ۱۴۰۵/۰۵/۱۰

اطلاعات تماس ثبت کننده نام

متین زهره ای
نام سازمان / نهاد
دانشگاه اراک
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
0000 3262 86 98+
آدرس ایمیل
m.zohrei.03@msc.araku.ac.ir

وضعیت بیمار گیری بیمار گیری تمام شده منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2026-08-22, ۱۴۰۵/۰۵/۳۱
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2026-08-25, ۱۴۰۵/۰۶/۰۳
تاریخ شروع بیمار گیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمار گیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه اثر شش هفته تمرینات عصبی-عضلانی و تمرینات ثبات مرکزی بر تعادل پویا، حرکات عملکردی و حس عمقی مفصل زانو در

عنوان عمومی کارآزمایی

اثر تمرینات عصبی-عضلانی و ثبات مرکزی بر سندروم درد کشکی رانی

هدف اصلی مطالعه

آموزشی/مشاوره‌ای

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

وجود درد در ناحیه جلوی زانو در حداقل دو فعالیت روزمره یا ورزشی (اسکات، دویدن، بالا رفتن از پله‌ها، نشستن طولانی مدت) تشخیص سندرم درد پاتلوفمورال توسط فیزیوتراپیست یا متخصص پزشکی ورزشی امکان حضور منظم در تمرینات تکواندو حداقل سه جلسه در هفته

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

داشتن سابقه آسیب شدید زانو (رباط، مینیسک یا شکستگی) در شش ماه گذشته داشتن سابقه جراحی اندام تحتانی

سن

از سن 18 ساله تا سن 25 ساله

جنسیت

مذکر

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 36

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

روش تصادفی‌سازی به صورت بلوکی و واحد تصادفی‌سازی فرد خواهد بود. توالی تصادفی با استفاده از جدول اعداد تصادفی تولید می‌شود و شرکت‌کنندگان پس از ارزیابی اولیه بر اساس این توالی به سه گروه شامل گروه تمرینات عصبی-عضلانی، گروه تمرینات ثبات مرکزی و گروه کنترل (بدون مداخله یا تمرین معمول) تخصیص می‌یابند. به منظور پنهان‌سازی تخصیص، از پاکت‌های مات، در بسته و شماره‌گذاری شده استفاده خواهد شد. ارزیاب پیامدها از تخصیص گروهی شرکت‌کنندگان آگاهی نخواهد داشت

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

تأییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه اراک

آدرس خیابان

میدان بسیج، بلوار سردشت

شهر

اراک

استان

مرکزی

کد پستی

۳۸۱۸۱۷۵۸۴۶

تاریخ تأیید

۱۴۰۴/۱۲/۲۵, 2026-03-16

کد کمیته اخلاق

IR.ARAKU.REC.1404.072

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

سندروم درد پتلا فمورال

کد ICD-10

M22.2

توصیف کد ICD-10

Patellofemoral disorders

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

تعادل پویا

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله (Baseline) و پس از ۶ هفته مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از (YBT) Y Balance Test

2

شرح متغیر پیامد

حرکات عملکردی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و پس از ۶ هفته مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از (SLST) Single-Leg Squat Test و (SLHT) Single-Leg Hop

(Test) (SLHT)

3

شرح متغیر پیامد

حس عمقی مفصل زانو

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل از شروع مداخله و پس از ۶ هفته مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از (JPRT) Joint Position Reproduction Test

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله 1: تمرینات عصبی-عضلانی، شرکت‌کنندگان این گروه به مدت ۶ هفته، ۳ جلسه در هفته، تحت برنامه تمرینات عصبی-عضلانی قرار خواهند گرفت. هر جلسه حدود ۴۵ تا ۶۰ دقیقه طول خواهد کشید

و شامل گرم کردن، تمرینات تعادلی، کنترل عصبی-عضلانی، تمرینات حس عمقی، تمرینات عملکردی اندام تحتانی و سرد کردن خواهد بود. تمامی جلسات تحت نظارت پژوهشگر برگزار می‌شوند

طبقه بندی
توانبخشی

2

شرح مداخله

گروه مداخله 2: تمرینات ثبات مرکزی، شرکت‌کنندگان این گروه به مدت ۶ هفته، ۳ جلسه در هفته، تحت برنامه تمرینات ثبات مرکزی قرار خواهند گرفت. هر جلسه حدود ۴۵ تا ۶۰ دقیقه طول خواهد کشید و شامل گرم کردن، تمرینات تقویت عضلات مرکزی تنه، تمرینات کنترل تنه، تمرینات تعادلی و سرد کردن خواهد بود. تمامی جلسات تحت نظارت پژوهشگر برگزار می‌شوند

طبقه بندی
توانبخشی

3

شرح مداخله

گروه کنترل: شرکت‌کنندگان گروه کنترل طی دوره ۶ هفته‌ای هیچ‌یک از مداخلات پژوهش را دریافت نخواهند کرد و فقط برنامه تمرینی معمول خود را ادامه خواهند داد. پس از پایان مطالعه، در صورت تمایل، برنامه تمرینی مناسب در اختیار آنان قرار خواهد گرفت

طبقه بندی
مصاداق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری
باشگاه تکواندو جوانه برسام

نام کامل فرد مسوول
متین زهره ای

آدرس خیابان
خیابان ملافتح الله، خیابان مشفق کاشانی، آکادمی تکواندو جوانه برسام

شهر
کاشان

استان
اصفهان

کد پستی
8715956313

تلفن
0728 5562 31 98+

ایمیل
matin.zohrei@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد
دانشگاه اراک

نام کامل فرد مسوول
دکتر شهناز شهرجری

آدرس خیابان
اراک، میدان بسیج، بلوار سردشت، دانشگاه اراک

شهر
اراک

استان
مرکزی

کد پستی
۳۸۱۸۱۷۵۸۴۶

تلفن
0000 3262 86 98+

ایمیل
Shahrjerdi.shahnaz@gmail.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

عنوان منبع مالی

دانشگاه اراک

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 اراک

نام کامل فرد مسوول
متین زهره ای

موقعیت شغلی

دانشجوی کارشناسی ارشد

آخرین مدرک تحصیلی

لیسانس

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

آسیب شناسی ورزشی

آدرس خیابان

میدان بسیج، بلوار سردشت، دانشگاه اراک

شهر
اراک

استان
مرکزی

کد پستی
۳۸۱۸۱۷۵۸۴۶

تلفن
0000 3262 86 98+

فکس

ایمیل

matin.zohrei.03@msc.araku.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد
دانشگاه اراک

نام کامل فرد مسوول

متین زهره ای

موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی ورزشی
آدرس خیابان
میدان بسیج، بلوار سردشت، دانشگاه اراک
شهر
اراک
استان
مرکزی
کد پستی
۳۸۱۸۱۷۵۸۴۶
تلفن
0000 3262 86 98+
فکس
ایمیل
m.zohrei.03@msc.araku.ac.ir

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

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه اراک
نام کامل فرد مسوول
متین زهره ای
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی ورزشی
آدرس خیابان
میدان بسیج، بلوار سردشت، دانشگاه اراک
شهر
اراک
استان
مرکزی
کد پستی
۳۸۱۸۱۷۵۸۴۶
تلفن
0000 3262 86 98+
فکس
ایمیل
m.zohrei.03@msc.araku.ac.ir

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه اراک
نام کامل فرد مسوول
متین زهره ای
موقعیت شغلی
دانشجوی کارشناسی ارشد
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس