پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۶

اثرات هشت هفته تمرینات میوزماسل بر الگوی فعالیت عضلات اندام فوقانی و قدرت چنگش دست در نوازندگان پیانو: یک کارآزمایی نیمه‌تجربی با تحلیل هم‌افزایی پروگزیمال–دیستال

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
اثر برنامه هشت‌هفته‌ای تمرینات میوزماسِل بر الکترومایوگرافی سطحی اندام فوقانی و قدرت چنگش در پیانیست‌ها

طراحی
کارآزمایی بالینی دارای گروه کنترل، با گروه های موازی

نحوه و محل انجام مطالعه
مطالعه زیر نظر دانشگاه اصفهان انجام شد

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
حداقل شش ماه سابقه نوازندگی مداوم پیانو توانایی اجرای تکنیک استاکاتو نبود آسیب اسکلتی–عضلانی اندام فوقانی در شش ماه گذشته معیارهای خروج عبارت بودند از: غیبت از بیش از دو جلسه تمرینی آسیب حاد در طول مطالعه انصراف داوطلبانه از ادامه مشارکت.

گروه‌های مداخله
برنامه هشت‌هفته‌ای میوز ماسل شامل دو جلسه گروهی ۹۰ دقیقه‌ای در هفته بود. برنامه از ساده به پیچیده به‌طور منظم پیش رفت. در هفته اول، شرکت‌کنندگان با آناتومی اندام فوقانی و اصل انتقال وزن آشنا شدند، با تمریناتی که بر آگاهی بدنی و انحنای ستون فقرات تمرکز داشتند. هفته دوم رهاسازی کمربند شانه‌ای را از طریق حرکات دوار، عمودی شانه و حلقه شانه هدف قرار داد، در حالی که هفته سوم رهاسازی مچ و انگشتان را با استفاده از تمرینات سه‌سطحی کتف–سینه به همراه حرکات اضافی برای تسهیل انتقال وزن مؤثرتر دنبال کرد. هفته چهارم تأکید را به کنترل انرژی از طریق مجموعه‌ای از تمرینات ظریف طراحی‌شده برای ارتقای کیفیت هماهنگی عصبی–عضلانی معطوف کرد، و هفته پنجم رفع اسپاسم و انتقال انرژی را از طریق مجموعه حرکات مخصوص دنبال نمود. هفته ششم تمرینات هفته‌های دوم تا پنجم را با توجه ویژه به انعطاف مفاصل مچ و MCP ادغام کرد، هفته هفتم بر توجه متمرکز برای ارتقای هماهنگی عصبی–عضلانی تأکید کرد، و هفته هشتم و پایانی برنامه را با تمریناتی برای رفع خستگی ذهنی و عضلانی تثبیت کرد.

متغیرهای پیامد اصلی
قدرت چهار عضله خم‌کننده سطحی انگشتان ، بازکننده انگشتان ، ذوزنقه فوقانی ، دلتوئید میانی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
علت به روز رسانی تصحیح عنوان علمی انگلیسی (نام تمرین) بود.

نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20220905055890N1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-07-04, ۱۴۰۵/۰۴/۱۳**
زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-07-08, ۱۴۰۵/۰۴/۱۷**
تعداد بروز رسانی‌ها: **1**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-07-04, ۱۴۰۵/۰۴/۱۳

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
ولگا هوسپیان
نام سازمان / نهاد
دانشگاه اصفهان
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 31 3626 1478
آدرس ایمیل
hovsepian.v@yahoo.com

وضعیت بیمار گیری
در حال بیمار گیری
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2026-08-30, ۱۴۰۵/۰۶/۰۸
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2026-11-26, ۱۴۰۵/۰۹/۰۵
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی

اثرات هشت هفته تمرینات میوزماسل بر الگوی فعالیت عضلات اندام فوقانی و قدرت چنگش دست در نوازندگان پیانو: یک کارآزمایی نیمه‌تجربی با تحلیل هم‌افزایی پروگزیمال–دیستال

عنوان عمومی کارآزمایی
اثر تمرینات میوز ماسل بر قدرت عضلات بالاتنه
هدف اصلی مطالعه
پیشگیری
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
حداقل شش ماه سابقه نوازندگی مداوم پیانو توانایی اجرای تکنیک استاکاتو؛ نبود آسیب اسکلتی–عضلانی اندام فوقانی در شش ماه گذشته (تأیید شده از طریق پرسشنامه نوردیک) نداشتن بیماری مزمن نورولوژیک یا اسکلتی–عضلانی
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سن
از سن **12 ساله** تا سن **40 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **28**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص غیر تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
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

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق
نام کمیته اخلاق
کمیته اخلاق دانشگاه اصفهان
آدرس خیابان
هزار جریب
شهر
اصفهان
استان
اصفهان
کد پستی
8174673441
تاریخ تایید
2025-03-01, ۱۴۰۳/۱۲/۱۱
کد کمیته اخلاق
IR.UI.REC.1403.166

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
آسیب عضلات بالاتنه
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
قدرت چهار عضله خم‌کننده سطحی انگشتان
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای مطالعه و هشت هفته بعد از مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
الکترومایوگرافی

2

شرح متغیر پیامد
قدرت عضلات بازکننده انگشتان
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای مطالعه و هشت هفته بعد از مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
الکترومایوگرافی

3

شرح متغیر پیامد
قدرت دلتوئید میانی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای مطالعه و هشت هفته بعد از مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
الکترومایوگرافی

4

شرح متغیر پیامد
قدرت عضله ذوزنقه فوقانی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای مطالعه و هشت هفته بعد از مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
الکترومایوگرافی

5

شرح متغیر پیامد
قدرت گرفتن دست
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ابتدای مطالعه و هشت هفته بعد از مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
الکترومایوگرافی

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: تمرین میوز ماسل دو جلسه 90 دقیقه ای در هفته به مدت 8 هفته انجام شد
طبقه بندی
پیشگیری

2

شرح مداخله
گروه کنترل: هیچ گونه تمرین مداخله ای ورزشی نداشتند
طبقه بندی
پیشگیری

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
Ouj Music Academy, Isfahan, Iran
نام کامل فرد مسوول
مهرناز آتش پنجه
آدرس خیابان
خیابان مطهری
شهر
ملک شهر
استان
اصفهان
کد پستی
8174673441
تلفن
+98 31 3420 9620
ایمیل
mehrnaz5.fire@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه علوم پزشکی اصفهان
نام کامل فرد مسوول
شهرام لنجان نژادیان
آدرس خیابان
دانشکده علوم ورزشی ، دانشگاه اصفهان
شهر
اصفهان
استان
اصفهان
کد پستی
8174673441
تلفن
+98 31 3793 2543
ایمیل
s.lenjannejadian@spo.ui.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
خیر
عنوان منبع مالی
دانشگاه اصفهان
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع
100
بخش عمومی یا خصوصی
خصوصی
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 اصفهان
نام کامل فرد مسوول
ولگا هوسپیان
موقعیت شغلی
مشاور
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی ورزشی
آدرس خیابان
هزارجریب
شهر
اصفهان
استان
اصفهان
کد پستی
81746-73441
تلفن
+98 31 3793 4207
ایمیل
volgahovsepian50@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه اصفهان
نام کامل فرد مسوول
شهرام لنجان نژادیان
موقعیت شغلی
دانشیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
بیومکانیک ورزشی
آدرس خیابان
هزارجریب
شهر
اصفهان
استان
اصفهان
کد پستی
8174673441
تلفن

009831137932543
ایمیل
s.lenjannejadian@spo.ui.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه اصفهان
نام کامل فرد مسوول
ولگا هوسپیان
موقعیت شغلی
متخصص غیر هیئت علمی
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوزی ورزشی
آدرس خیابان
هزار جریب
شهر
اصفهان
استان
اصفهان
کد پستی
8174673441
تلفن
+98 31 3793 4207
ایمیل
volgahovsepian50@gmail.com

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد
توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD
اطلاعات بیشتری وجود ندارد
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
مصداق ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
مصداق ندارد
عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند
کل داده ها بالقوه پس از غیر قابل شناسایی کردن افراد قابل اشتراک گذاری است
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند
شروع دوره دسترسی 6 ماه پس از چاپ نتایج
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند
داده ها فقط برای محققین شاغل در موسسات دانشگاهی و علمی در دسترس خواهد بود
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است
مستندات برای مطالعات علمی تحقیقاتی در دسترس قرار می گیرد
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود
دکتر شهرام لنجان نژادیان
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند
درخواست از طریق ایمیل
سایر توضیحات