پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

تأثیر برنامه پیشگیری از آسیب شانه بر دامنه حرکتی مفصل گلنوهومرال و عملکرد اندام فوقانی در شناگران کرال سینه

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
تاثیر هشت هفته تمرینات پیشگیری از اسیب شانه بر دامنه ی حرکتی و عملکرد شناگران نوجوان
طراحی
کارآزمایی بالینی دارای یک گروه مداخله و یک گروه کنترل، بدون کورسازی، تصادفی سازی شده ساده، فاز صفر بر روی 32 شناگر است که برای تصادفی سازی از فانکشن rand نرم افزار اکسل استفاده شد
نحوه و محل انجام مطالعه
این پژوهش در استخر فجر دانشگاه شهید بهشتی بر روی 32 شناگر نوجوان 10 الی 15 ساله اجرا می شود، مداخله شامل هشت هفته تمرینات پیشگیری از آسیب شانه (3 جلسه در هفته، هر جلسه 20 دقیقه)در قالب برنامه گرم کردن است.ارزیابی دامنه ی حرکتی با گونیامتر و عملکرد اندام فوقانی با تست عملکردی زنجیره بسته انجام خواهد شد
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
شرایط عمده ورود: حداقل سه جلسه تمرین منظم در هفته؛ عدم سابقه جراحی ستون فقرات یا اندام فوقانی؛ داشتن سابقه شرکت در ورزش شنا به مدت 3 سال شرایط عدم ورود: دامنه ی سنی بالا و پایین تر؛ داشتن آسیب در اندام ها
گروه‌های 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 جهت گرم کردن در خشکی استفاده خواهد شد. در گروه کنترل مداخله ای صورت نمیگیرد و به تمرینات عادی خود می پردازند
متغیرهای پیامد اصلی
پیامد اصلی شامل میزان دامنه ی حرکتی چرخش داخلی و خارجی مفصل شانه، وضعیت عملکرد 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: **IRCT20240306061185N8**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-07-04, ۱۴۰۵/۰۴/۱۳**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-07-04, ۱۴۰۵/۰۴/۱۳**
تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-07-04, ۱۴۰۵/۰۴/۱۳

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
حسین رضائی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهید بهشتی
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 24 3562 3177
آدرس ایمیل
hosse.rezaei@mail.sbu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2026-07-11, ۱۴۰۵/۰۴/۲۰
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2026-07-18, ۱۴۰۵/۰۴/۲۷
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
تأثیر برنامه پیشگیری از آسیب شانه بر دامنه حرکتی مفصل گلنوهومرال و عملکرد اندام فوقانی در شناگران کرال سینه

عنوان عمومی کارآزمایی
تمرینات پیشگیری از آسیب شانه شناگران
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 در هفته دامنه سنی 10 تا 15 سال عدم سابقه ستون فقرات یا اندام تحتانی داشتن سابقه شرکت در ورزش شنا به مدت 3 سال
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سنین بالا و پایین تر عدم تمایل شرکت در پژوهش داشتن آسیب در اندام ها
سن
از سن **10 ساله** تا سن **15 ساله**
جنسیت
مذکر

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **32**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های 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 از تابع RAND تولید شده و برای گروه بندیاز تابع NOD ROW استفاده می گردد. جهت رعایت پنهان سازی تخصیص، کد تخصیص هر فرد پس از تعیینر اکسل داخل پاکت هاپناخوانا و دربسته قرار داده می شود
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 شهید بهشتی
آدرس خیابان
تهران_ ولنجک_ میدان شهریاری_ دانشگاه شهید بهشتی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1983969411
تاریخ تایید
2025-10-11, ۱۴۰۴/۰۷/۱۹
کد کمیته اخلاق
IR.SBU.REC.1404.184

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
پیشگیری از درد و بروز آسیب شانه
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
دامنه حرکتی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و هشت هفته بعد
نحوه اندازه‌گیری متغیر
گونیامتر 360 درجه

2

شرح متغیر پیامد
آزمون عملکردی اندام فوقانی زنجیره بسته
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و هشت هفته بعد
نحوه اندازه‌گیری متغیر
برای اجرای این آزمون دو باند نواری با فاصله 90 سانتی متر بطور موازی روی زمین قرارگرفته می گیرد. دستها باید در حالت شنا سوئدی روی نوارها قرار میگرفت و سپس یکی از دستها از روی زمین برداشته می شد درحالیکه روی یکی از دستها تعادل را حفظ میکرد 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 می کند. 15 ثانیه حرکت را پشت سر هم و بطور متناوب برای هر دو دست تکرار خواهد شد

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های 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 جهت گرم کردن در خشکی استفاده خواهد شد. برای اندازه گیری متغییر های دامنه ی حرکتی چرخش داخلی و خارجی شانه از گونیامتر 360 درجه و برای ارزیابی عملکرد از تست عملکردی زنجیره 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 از گونیامتر 360 درجه و برای

ارزیابی عملکرد از تست عملکردی زنجیره بسته در پیش آزمون و پس آزمون استفاده خواهد شد

طبقه بندی

پیشگیری

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 شهریاری_ دانشگاه شهید بهشتی

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1983969411

تلفن

+98 21 2243 1953

ایمیل

hosse.rezaei@mail.sbu.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید بهشتی

نام کامل فرد مسوول

Seyed Mohammad Hosseini

آدرس خیابان

تهران_ ولنجک_ میدان شهریاری_ دانشگاه شهید بهشتی

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

1983969411

تلفن

+98 21 2243 1953

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

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 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

+98 24 3562 3177

ایمیل

hosse.rezaei@mail.sbu.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهید بهشتی

نام کامل فرد مسوول

حسین رضائی

موقعیت شغلی

دانشجو 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

009824356231777

ایمیل

hosse.rezaei@mail.sbu.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

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
+98 24 3562 3177
ایمیل
hosse.rezaei@mail.sbu.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