پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۶

مقایسه اثر تمرینات ثبات‌دهنده کتف و ثبات‌دهنده گردن همراه با فیدبک بر درد، پاسچر، و فعالیت الکترومایوگرافی عضلات در افراد دارای ناهنجاری سر به جلو و گردن درد مزمن غیراختصاصی

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
مقایسه اثر تمرینات ثبات‌دهنده کتف و ثبات‌دهنده گردن بر درد، پاسچر، و فعالیت الکترومایوگرافی عضلات در افراد دارای ناهنجاری سر به جلو و گردن درد مزمن غیراختصاصی

طراحی
کارآزمایی بالینی دارای 2 گروه مداخله و یک گروه کنترل، بدون کور سازی، تصادفی شده ی ساده، فاز صفر بر روی 36 دختر دامنه ی سنی 20 تا 30 سال دارای درد گردن خفیف تا متوسط و سربه جلو است که برای تصادفی سازی از فانکشن RAND نرم افزار اکسل استفاده خواهد شد

نحوه و محل انجام مطالعه
این پژوهش در سالن ورزشی دانشگاه شهید بهشتی بر روی 36 دختر دارای درد گردن خفیف تا متوسط و سربه جلو اجرا می شود، مداخلات شامل 4 هفته تمرینات ثبات‌دهنده کتف وتمرینات ثبات‌دهنده گردن (3 جلسه در هفته هر جلسه 40 الی 50 دقیقه) است. اندازه گیری درد با مقیاس VAS، زاویه سر به جلو با فتوگرامتری و فعالیت سطحی عضلات با دستگاه EMG اندازه گیری خواهد شد

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
شرایط ورود: : زاویه ی سر به جلو بیشتر از 35 درجه و کمتر از 50 درجه)، شاخص توده بدنی 18 تا 25 (BMI)، درد در ناحیه گردن خفیف تا متوسط،عدم سابقه ورزشی در شش ماه گذشته، عدم سابقه جراحی، عدم بارداری شرایط عدم ورود: سنین بالا و پایین تر عدم تمایل به شرکت در تحقیق داشتن آسیب در اندام ها

گروه‌های مداخله
مداخله پژوهش حاضر تمرینات ثبات‌دهنده کتف و تمرینات ثبات‌دهنده است که در دو گروه مداخله به مدت چهار هفته، 3 جلسه در هفتهبه مدت 40 الی 50 دقیقه انجام خواد شد در گروه کنترل مداخله ای صورت نمی گیرد و به برنامه ی عادی خود می پردازند

متغیرهای پیامد اصلی
میزان شدت درد گردن؛ زاویه سر به جلو (پاسچر گردن)؛ زمان شروع و دامنه فعالیت الکترومایوگرافی عضلات سطحی کتف و گردن

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20180605039983N1**
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
مهدی قیطاسی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهید بهشتی
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 21 2990 5839
آدرس ایمیل
m_gheitasi@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
مقایسه اثر تمرینات ثبات‌دهنده کتف و ثبات‌دهنده گردن همراه با فیدبک بر درد، پاسچر، و فعالیت الکترومایوگرافی عضلات در افراد دارای

ناهنجاری سر به جلو و گردن درد مزمن غیراختصاصی

عنوان عمومی کارآزمایی
مقایسه اثر تمرینات ثبات‌دهنده کتف و ثبات‌دهنده گردن در افراد دارای ناهنجاری سر به جلو و گردن درد
هدف اصلی مطالعه
درمانی
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
زاویه ی سر به جلو بیشتر از 35 درجه و کمتر از 50 درجه)، شاخص توده بدنی 18 تا 25 (BMI)، درد در ناحیه گردن خفیف تا متوسط (3 تا 7 براساس مقیاس VAS) عدم سابقه ورزشی در شش ماه گذشته عدم سابقه جراحی، آسیب یا تصادف و شکستگی و یا ناهنجاری‌های قابل ملاحظه در ناحیه اندام فوقانی عدم بارداری
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
سنین بالا وپایین تر وجود آسیب در اندام های بدن
سن
از سن **20 ساله** تا سن **30 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق 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
در این پژوهش از روش تصادفی‌سازی ساده استفاده می‌شود و واحد تصادفی‌سازی "فرد" است. توالی تصادفی در نرم‌افزار اکسل با استفاده از تابع RAND تولید شده و برای گروه‌بندی از تابع MOD ROW استفاده می‌گردد. جهت رعایت پنهان‌سازی تخصیص، کد تخصیص هر فرد پس از تعیین در اکسل، داخل پاکت‌های ناخوانا و دربسته قرار داده می‌شود.
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
2026-02-10, ۱۴۰۴/۱۱/۲۱
کد کمیته اخلاق
IR.SBU.REC.1404.311

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
گردن درد
کد ICD-10
M54.2
توصیف کد ICD-10
Cervicalgia

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
اندازه‌گیری میزان درد
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از شرع مداخله و چهار هفته بعد
نحوه اندازه‌گیری متغیر
آزمودنی ها خواسته خواهد شد تا به مقیاس سنجش بصری (VAS) که با نمره‌گذاری صفرتا 10 میزان درد را مشخص می‌کند، پاسخ دهند. کسب نمره 1 – 3 نشان‌دهنده درد خفیف، نمره 4 – 7 درد متوسط و 8 – 10 نشان‌دهنده درد شدید می‌باشد

2

شرح متغیر پیامد
اندازه‌گیری زاویه سر به جلو
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از شرع مداخله و چهار هفته بعد
نحوه اندازه‌گیری متغیر
از آزمودنی خواسته خواهد شد تا کاملاً راحت ایستاده و به نقطه‌ای فرضی روبرو نگاه کند. سپس آزمونگر از فاصله صد و پنجاه سانتی متری، پس از پنج ثانیه مکث اقدام به گرفتن عکس از نمای جانبی خواهد کرد. بعد از عکسبرداری با کمک نرم‌افزار نقاله آنلاین زاویه‌ی بین خطی که از زائده‌ی خاری مهره‌ی هفتم گردن و تراگوس گوش می‌گذرد با خطی که به موازات افق از زایده‌ی خاری مهره‌ی هفتم می‌گذرد(زاویه کرانیو-ورتبرال) اندازه‌گیری شد

3

شرح متغیر پیامد
الکترومایوگرافی سطحی عضلات
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از شرع مداخله و چهار هفته بعد
نحوه اندازه‌گیری متغیر
ثبت الکترومایوگرافی سطحی (sEMG) عضلات ذوزنقه (فوقانی، میانی، تحتانی)، جناغی-چنبری-پستانی، دندانه‌ای قدامی و دلتوئید میانی سمت برتر با نرم‌افزار Megawin و تحلیل در MATLAB انجام شد. جایگذاری الکترودها و الکترود مرجع بر اساس پروتکل SENIAM و مقالات مرجع صورت گرفت و جهت نرمال‌سازی داده‌ها، آزمون حداکثر انقباض ارادی ایزومتریک (MVIC) در پوزیشن‌های اختصاصی عضلات (۳ تکرار ۵ ثانیه‌ای با فواصل استراحتی جهت پیشگیری از خستگی) اجرا و ۳ ثانیه میانی آن‌ها محاسبه شد. پس از آموزش، شرکت‌کنندگان ۵ تکرار حرکت اسکپشن را با سرعت کنترل‌شده اجرا کردند که

سیگنال‌های ۳ تکرار میانی پس از فیلتراسیون (۲۰-۴۵۰ هرتز)، یکسوسازی و نرمال‌سازی بر اساس MVIC، جهت تعیین زمان شروع و دامنه فعالیت عضلات پردازش شد.

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: تمرینات ثبات‌دهنده کتف به مدت چهار هفته، سه جلسه در هفته ، هر جلسه 40 الی 50 دقیقه از این پروتکل استفاده خواهند کردبرای اندازه گیری میزان درد از مقیلس VAS، برای زاویه سر به جلو از فوتوگرامتری و برای اندازه گیری فعالیت عضلات سطحی از دستگاه EMG استفاده خواهد شد
طبقه بندی
توانبخشی

2

شرح مداخله
گروه مداخله: تمرینات ثبات‌دهنده گردن : به مدت چهار هفته، سه جلسه در هفته ، هر جلسه 40 الی 50 دقیقه از این پروتکل استفاده خواهند کرد برای اندازه گیری میزان درد از مقیلس VAS، برای زاویه سر به جلو از فوتوگرامتری و برای اندازه گیری فعالیت عضلات سطحی از دستگاه EMG استفاده خواهد شد
طبقه بندی
توانبخشی

3

شرح مداخله
گروه کنترل: در مدت زمان پژوهش در گروه کنترل مداخله ای صورت نمی گیرد و به تمرینات معمول خود خواهند پرداخت همچنین برای اندازه گیری میزان درد از مقیلس VAS، برای زاویه سر به جلو از فوتوگرامتری و برای اندازه گیری فعالیت عضلات سطحی از دستگاه EMG استفاده خواهد شد
طبقه بندی
توانبخشی

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
m_gheitasi@sbu.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهید بهشتی
نام کامل فرد مسوول
مهدی قیطاسی
آدرس خیابان
تهران_ ولنجک_ میدان شهریاری_ دانشگاه شهید بهشتی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1983969411
تلفن
+98 21 2243 1953
ایمیل
m_gheitasi@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
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
مهدی قیطاسی
موقعیت شغلی
دانشیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
آدرس خیابان
تهران_ ولنجک_ میدان شهریاری_ دانشگاه شهید بهشتی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی

1983969411
تلفن
+98 21 2243 1953
ایمیل
m_gheitasi@sbu.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهید بهشتی
نام کامل فرد مسوول
مهدی قیطاسی
موقعیت شغلی
دانشیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
آدرس خیابان
تهران_ ولنجک_ میدان شهریاری_ دانشگاه شهید بهشتی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1983969411
تلفن
+98 21 2243 1953
ایمیل
m_gheitasi@sbu.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهید بهشتی
نام کامل فرد مسوول
مهدی قیطاسی
موقعیت شغلی
دانشیار
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی
آدرس خیابان
تهران_ ولنجک_ میدان شهریاری_ دانشگاه شهید بهشتی
شهر
تهران
استان
تهران
کد پستی
1983969411
تلفن
+98 21 2243 1953
ایمیل
m_gheitasi@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