پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۷

مقایسه اثربخشی ریتم شبانه روزی و دوره پریود بر بهبود یک جلسه فعالیت وامانده ساز در زنان جوان غیر فعال

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه
مقایسه اثربخشی ریتم شبانه روزی و دوره پریود بر بهبود یک جلسه فعالیت وامانده ساز در زنان جوان غیر فعال
طراحی
کارآزمایی بالینی دارای در یک گروه، گروه تجربی در شرایط فاز فولیکولار و فاز لوتئال به صورت متقاطع در صبح و عصر
نحوه و محل انجام مطالعه
شیوه انجام پروتکل تست ورزشی به این صورت خواهد بود که نخست گرم کردن - یک پروتکل گرم کردن استاندارد را اتخاذ کنید: 5 دقیقه دوچرخه‌سواری با سرعت 50 تا 60 دور در دقیقه با بار = 2٪ وزن بدن، قبل از آزمون وینگیت استراحت کنید. گرم کردن کوتاه‌تر (5 تا 10 دقیقه) با تلاش زیر حداکثر برای ورزشکاران مجرب کافی است و سپس انجام پروتکل وینگیت خواهد بود - ارتفاع صندلی و کالیبراسیون ارگومتر را در طول جلسات حفظ شود. بار مقاومتی باید 0.075 کیلوگرم بر کیلوگرم وزن بدن برای زنان داده خواهد شد تشویق کلامی قوی ارائه دهید.
شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود
شرط ورود به مطالعه: دامنه سنی ۱۸ تا ۳۵ سال عدم فعالیت ورزشی منظم در شش ماه گذشته چرخه قاعدگی منظم (۲۸ ± ۷ روز) امضای رضایت‌نامه آگاهانه شرط خروج: مصرف داروهای ضدبارداری هورمونی سندرم پیش از قاعدگی شدید (PMS) آسیب‌دیدگی عضلانی-اسکلتی عدم همکاری در مراحل آزمون
گروه‌های مداخله
گروه تجربی به صورت متقاطع در دو بازه زمانی صبح و عصر در هنگام فاز فولیکولار و فاز لوتئال تست وینگیت را انجام می دهند
متغیرهای پیامد اصلی
اوج توان وینگیت، میانگین توان، شاخص خستگی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی
نام اختصاری
اطلاعات ثبت در مرکز
شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260417069089N5**
تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-07-26, ۱۴۰۵/۰۵/۰۴**
زمان‌بندی ثبت: **registered_while_recruiting**

آخرین بروز رسانی: **2026-07-26, ۱۴۰۵/۰۵/۰۴**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**
تاریخ تایید ثبت در مرکز
2026-07-26, ۱۴۰۵/۰۵/۰۴

اطلاعات تماس ثبت کننده
نام
صابر ساعدموچشی
نام سازمان / نهاد
کشور
جمهوری اسلامی ایران
تلفن
+98 918 999 5148
آدرس ایمیل
metabolism1393@gmail.com

وضعیت بیمار گیری
بیمار گیری تمام شده
منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار
2026-07-23, ۱۴۰۵/۰۵/۰۱
تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار
2026-09-23, ۱۴۰۵/۰۷/۰۱
تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته
خالی
تاریخ خاتمه کارآزمایی
خالی

عنوان علمی کارآزمایی
مقایسه اثربخشی ریتم شبانه روزی و دوره پریود بر بهبود یک جلسه فعالیت وامانده ساز در زنان جوان غیر فعال

عنوان عمومی کارآزمایی
مقایسه اثربخشی ریتم شبانه روزی و دوره پریود بر بهبود یک جلسه فعالیت وامانده ساز در زنان جوان غیر فعال
هدف اصلی مطالعه
تحقیقات در سیستم ارایه خدمات سلامت
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
عادت ماهیانه منظم ورزشکار

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
مسواک زدن خوردن هر نوع ماده غذایی دو ساعت قبل از تمرین
سن
از سن **18 ساله** تا سن **23 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **22**
تصادفی سازی (نظر محقق)
مصداق ندارد
توصیف نحوه تصادفی سازی
کور سازی (به نظر محقق)
کور نشده است
توصیف نحوه کور سازی
دارو نما
ندارد
اختصاص به گروه‌های مطالعه
متقاطع
سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق
نام کمیته اخلاق
دانشگاه کردستان
آدرس خیابان
سنندج، بلوار پاسداران، خیابان دانشگاه، دانشگاه کردستان
شهر
سنندج
استان
کردستان
کد پستی
6617115177
تاریخ تایید
2026-06-01, ۱۴۰۵/۰۳/۱۱
کد کمیته اخلاق
IR.UOK.REC.1405.030

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
افراد سالم در دو فاز فولیکولار و فاز لوتئال
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
اوج توان
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
بلافاصله بعد از تست وینگیت
نحوه اندازه‌گیری متغیر
دوچرخه وینگیت

2

شرح متغیر پیامد
شاخص خستگی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
بلافاصله بعد از تست وینگیت
نحوه اندازه‌گیری متغیر
دوچرخه وینگیت

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: • افراد به صورت متقاطع در صبح و بعد از ظهر در شرایط لوتئال و فولیکولار پروتکل تست ورزشی وینگیت را انجام خواهند داد. به این صورت خواهد بود که نخست گرم کردن - یک پروتکل گرم کردن استاندارد را اتخاذ کنید: 5 دقیقه دوچرخه‌سواری با سرعت 50 تا 60 دور در دقیقه با بار = 2٪ وزن بدن، قبل از آزمون وینگیت استراحت کنید. گرم کردن کوتاه‌تر (5 تا 10 دقیقه) با تلاش زیر حداکثر برای ورزشکاران مجرب کافی است و سپس انجام پروتکل وینگیت خواهد بود - ارتفاع صندلی و کالیبراسیون ارگومتر را در طول جلسات حفظ شود. بار مقاومتی باید 0.075 کیلوگرم بر کیلوگرم وزن بدن برای زنان داده خواهد شد تشویق کلامی قوی ارائه دهید
طبقه بندی
شیوه زندگی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشگاه کردستان
نام کامل فرد مسوول
صابر ساعدموچشی
آدرس خیابان
بلوار پاسداران. خیابان دانشگاه. دانشگاه کردستان
شهر
سنندج
استان
کردستان
کد پستی
6617115177
تلفن
+98 918 999 5148
ایمیل
saedmocheshi@uok.ac.ir

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه کردستان
نام کامل فرد مسوول
بهمن بهرام نژاد
آدرس خیابان
بلوار پاسداران. خیابان دانشگاه. دانشگاه کردستان
شهر
سنندج
استان
کردستان
کد پستی
6617115177
تلفن
+98 918 883 5065
ایمیل
b.bahramnejad@uok.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه کردستان
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 کردستان
نام کامل فرد مسوول
صابر ساعدموچشی
موقعیت شغلی
هیات علمی
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
پزشکی ورزشی
آدرس خیابان
بلوار پاسداران. خیابان دانشگاه. دانشگاه کردستان
شهر
سنندج
استان
کردستان
کد پستی
6617115177
تلفن
+98 918 999 5148
ایمیل
saedmocheshi@uok.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه کردستان
نام کامل فرد مسوول
صابر ساعدموچشی
موقعیت شغلی
هیات علمی
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی
آدرس خیابان
بلوار پاسداران. خیابان دانشگاه. دانشگاه کردستان
شهر
سنندج
استان
کردستان
کد پستی
6617115177
تلفن
+98 918 999 5148
فکس
ایمیل
metabolism1393@gmail.com

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه کردستان
نام کامل فرد مسوول
صابر ساعدموچشی
موقعیت شغلی
هیات علمی
آخرین مدرک تحصیلی
.Ph.D
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
فیزیولوژی
آدرس خیابان
بلوار پاسداران. خیابان دانشگاه. دانشگاه کردستان
شهر
سنندج
استان
کردستان
کد پستی
6617115177
تلفن
+98 918 999 5148
فکس
ایمیل
metabolism1393@gmail.com

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

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

یک سال بعد از چاپ

کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

تمام افرادی که در حوزه زنان و دوره قاعدگی در موسسات علمی مطالعه می کنند و همچنین زنان

به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده است

اطلاعات مستخرج از کار حاضر می‌تواند توسط مربیان ورزشی که در حال طراحی برنامه تمرینی هستند،، زنان و متخصصان علم در حیطه زنان و زایمان برای بهبود عملکرد انها استفاده شود

برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود

پس از انتشار داده در مجلات معتبر، خواننده پس از مطالعه و علاقه به بحث مورد نظر، ابتدا به نویسنده مسئول کار که آدرس ایمیل و شماره تلفنش در مقاله ذکر شده ارجاع می یابد، در مرحله دوم به سایر نویسندگان مقاله با استفاده از ایمیلتان ارتباط می گیرد و در مرحله سوم می تواند به محل انجام پژوهش یعنی دانشگاه مراجعه کنند و از بخش معاونت پژوهشی دانشگاه اطلاعات را کسب کنند

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

پس از انتشار مقاله که یکسال طول میکشد، خوانندگانی که به این حیطه علاقه دارند، می توانند پس از یکسال و در هنگام انتشار مقاله فورا به نویسنده مسیول پیام‌یا ایمیل بزنند. نویسنده مسیول در اسرع وقت ودر همان روز داده مرتبط و اطلاعات مناسب را در اختیار فرد قرار می‌دهد

سایر توضیحات