

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۶/۲۰

## مقایسه اثر تمرینات یوگا و هوازی با گروه کنترل بدون تمرین بر پروفایل چربی خون و نشانگرهای التهابی در زنان چاق مبتلا به دیابت نوع ۲: یک کارآزمایی بالینی تصادفی شده

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

مقایسه اثر ۱۲ هفته تمرین یوگا و تمرین هوازی با شدت متوسط با گروه کنترل بر پروفایل چربی خون و نشانگرهای التهابی در زنان چاق مبتلا به دیابت نوع ۲.

#### طراحی

کارآزمایی بالینی آینده‌نگر، بدون کورسازی، تصادفی شده، کنترل شده و سه گروهی موازی. تعداد ۳۰ شرکت کننده با استفاده از تصادفی سازی ساده رایانه‌ای، به طور مساوی در گروه‌های یوگا، هوازی و کنترل قرار خواهند گرفت. مطالعه فاقد دارونما و فاز دارویی خواهد بود.

#### نحوه و محل انجام مطالعه

زنان واجد شرایط از درمانگاه‌های دیابت جذب خواهند شد. پس از اخذ رضایت نامه و ارزیابی پایه، شرکت کنندگان به صورت تصادفی در سه گروه قرار خواهند گرفت. تمرینات زیر نظر مربیان واجد صلاحیت اجرا خواهد شد. نمونه گیری خون و ارزیابی‌ها قبل و بعد از مداخله ۱۲ هفته‌ای انجام خواهد شد.

#### شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

تعداد ۳۰ زن چاق ۴۶ تا ۶۰ ساله مبتلا به دیابت نوع ۲، دارای کنترل پایدار قند خون، توانایی انجام تمرین و رضایت نامه آگاهانه وارد مطالعه خواهند شد. بیماری‌های قلبی عروقی، اختلال کلیوی، نوروپاتی، اختلالات اسکلتی عضلانی محدودکننده، اختلالات هورمونی و بیماری‌های التهابی یا متابولیک از معیارهای عدم ورود خواهند بود.

#### گروه‌های مداخله

گروه یوگا: تمرینات بدنی، تنفسی و تمرکز ذهنی، سه جلسه ۶۰ دقیقه‌ای در هفته به مدت ۱۲ هفته. گروه هوازی: تمرین هوازی با شدت متوسط، سه جلسه ۶۰ دقیقه‌ای در هفته به مدت ۱۲ هفته. گروه کنترل: عدم شرکت در برنامه ورزشی ساختاریافته و ادامه مراقبت معمول.

#### متغیرهای پیامد اصلی

تغییرات کلسترول تام، تری‌گیسیرید، کلسترول LDL، کلسترول HDL، نسبت LDL به HDL، نسبت کلسترول به HDL، پروتئین واکنشی C با حساسیت بالا و نسبت نوتروفیل به لنفوسیت از ابتدای مطالعه تا پایان مداخله ۱۲ هفته‌ای.

### اطلاعات عمومی

#### علت بروز رسانی

#### نام اختصاری

#### اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20260324069010N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۴۰۵/۰۴/۲۶, 17-07-2026

زمان بندی ثبت: prospective

آخرین بروز رسانی: ۱۴۰۵/۰۴/۲۶, 17-07-2026

تعداد بروز رسانی‌ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

۱۴۰۵/۰۴/۲۶, 2026-07-17

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

##### نام

حامد زمان پور

##### نام سازمان / نهاد

دانشگاه تهران

##### کشور

جمهوری اسلامی ایران

##### تلفن

4013 3275 45 98+

##### آدرس ایمیل

hamed.zamanpoor@ut.ac.ir

#### وضعیت بیمار گیری

##### در حال بیمار گیری

##### منبع مالی

#### تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

۱۴۰۵/۰۵/۰۱, 2026-07-23

#### تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

۱۴۰۵/۰۸/۰۱, 2026-10-23

#### تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

#### تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

#### عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه اثر تمرینات یوگا و هوازی با گروه کنترل بدون تمرین بر

پروفايل چربي خون و نشانگرهاي التهابي در زنان چاق مبتلا به ديابت نوع ۲: يك کارآزمایي باليني تصادفی‌شده

## عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی تأثیر یوگا و ورزش هوازی بر چربی خون و التهاب در زنان چاق مبتلا به ديابت نوع ۲

## هدف اصلی مطالعه

پیشگیری

## شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

### شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

جنسیت زن سن بالای 45 ابتدا به ديابت نوع ۲ با تشخیص تأییدشده چاقی با شاخص توده بدنی مساوی یا بیشتر از ۳۰ کیلوگرم بر مترمربع داشتن کنترل پایدار قند خون توانایی شرکت ایمن در برنامه تمرینی ارائه رضایت‌نامه آگاهانه کتبی برای شرکت در مطالعه

### شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

سن

از سن 45 ساله

جنسیت

مونت

## فاز مطالعه

مصادق ندارد

## گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

## حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 30

بیش از یک نمونه در هر نفر شرکت کننده

تعداد نمونه در هر نفر شرکت کننده: 2

از هر شرکت‌کننده دو نمونه خون گرفته خواهد شد: یک نمونه در ابتدای مطالعه و پیش از شروع مداخله و یک نمونه پس از پایان مداخله ۱۲ هفته‌ای.

## تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

## توصیف نحوه تصادفی سازی

شرکت‌کنندگان با نسبت ۱:۱:۱ و با استفاده از توالی تصادفی تولیدشده توسط رایانه، به سه گروه تمرینات یوگا، تمرینات هوازی یا کنترل تخصیص خواهند یافت.

## 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 در پژوهش دانشکده علوم ورزشی و تندرستی

دانشگاه تهران

#### آدرس خیابان

دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه تهران، خیابان کارگر

شمالی، بالاتر از تقاطع جلال آل‌احمد، بین خیابان پانزدهم و

شانزدهم، روبه‌روی کوی دانشگاه تهران، تهران، ایران

شهر

تهران  
استان  
تهران

کد پستی  
1439813117

## تاریخ تأیید

۱۴۰۳/۰۹/۰۵, 2024-11-25

## کد کمیته اخلاق

IR.UT.SPORT.REC.1403.101

## بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

### 1

#### شرح

ديابت نوع ۲ در زنان مبتلا به چاقی

کد ICD-10

E08

#### توصیف کد ICD-10

Diabetes mellitus due to underlying condition

## متغیر پیامد اولیه

### 1

#### شرح متغیر پیامد

کلسترول تام سرم؛ تری‌گلیسرید سرم؛ کلسترول LDL؛ کلسترول HDL؛ نسبت LDL به HDL؛ نسبت کلسترول تام به HDL؛ پروتئین واکنشی C با حساسیت بالا (hs-CRP)؛ نسبت نوتروفیل به لنفوسیت (NLR).

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه پیش از شروع مداخله و پس از پایان مداخله ۱۲ هفته‌ای.

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

نمونه‌های خون وریدی با استفاده از روش‌های استاندارد آزمایشگاهی از نظر کلسترول تام، تری‌گلیسرید، کلسترول LDL، کلسترول HDL و hs-CRP بررسی خواهند شد. نسبت LDL به HDL و نسبت کلسترول تام به HDL از مقادیر اندازه‌گیری‌شده محاسبه خواهند شد. تعداد نوتروفیل و لنفوسیت با دستگاه خودکار شمارش سلول‌های خونی Sysmex KX-21N ساخت ژاپن اندازه‌گیری خواهد شد و نسبت NLR از تقسیم تعداد مطلق نوتروفیل بر تعداد مطلق لنفوسیت محاسبه خواهد شد.

## متغیر پیامد ثانویه

خالی

## گروه‌های مداخله

### 1

#### شرح مداخله

گروه مداخله: یوگا

#### طبقه بندی

غیره

### 2

#### شرح مداخله

گروه مداخله: ورزش هوازی

#### طبقه بندی

غیره

داخلی  
طبقه بندی منابع اعتبار خارجی  
خالی  
کشور مبدا  
طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار  
اشخاص

شرح مداخله  
گروه کنترل: کنترل  
طبقه بندی  
مصاداق ندارد

## مراکز بیمار گیری

### 1

مرکز بیمار گیری  
نام مرکز بیمار گیری  
دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه تهران  
نام کامل فرد مسوول  
حامد نظری راد گیگلو  
آدرس خیابان  
دانشکده علوم ورزشی و تندرستی دانشگاه تهران، خیابان کارگر  
شمالی، بین خیابان پانزدهم و شانزدهم، تهران، ایران  
شهر  
تهران  
استان  
تهران  
کد پستی  
1439813117  
تلفن  
7194 755 914 98+  
ایمیل  
Hamednazary87@gmail.com

## حمایت کنندگان / منابع مالی

### 1

حمایت کننده مالی  
نام سازمان / نهاد  
تأمین مالی شخصی توسط محقق اصلی  
نام کامل فرد مسوول  
حامد نظری راد گیگلو  
آدرس خیابان  
مشهد خیابان سیدرضی 35 پلاک 221  
شهر  
tehran  
استان  
تهران  
کد پستی  
9188758463  
تلفن  
7194 755 914 98+  
ایمیل  
Hamednazary87@gmail.com

ردیف بودجه  
کد بودجه  
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟  
خیر

عنوان منبع مالی  
منابع مالی شخصی محقق اصلی  
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع  
100

بخش عمومی یا خصوصی

خصوصی

مبدا اعتبار از داخل یا خارج کشور

## فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه علوم پزشکی تهران  
نام کامل فرد مسوول  
رحمان سوری  
موقعیت شغلی  
استاد تمام  
آخرین مدرک تحصیلی  
Ph.D  
سایر حوزه های کاری/تخصص ها  
سایر موارد  
آدرس خیابان  
تهران - خیابان کارگر شمالی - بالاتر از تقاطع جلال آل احمد - بین  
خیابان پانزدهم و شانزدهم - روبروی کوی دانشگاه تهران  
شهر  
تهران  
استان  
تهران  
کد پستی  
۱۴۱۷۹۳۵۸۴۰  
تلفن  
1730 8835 21 98+  
ایمیل  
SOORI@ut.ac.ir

## فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه علوم پزشکی تهران  
نام کامل فرد مسوول  
رحمان سوری  
موقعیت شغلی  
استاد تمام  
آخرین مدرک تحصیلی  
Ph.D  
سایر حوزه های کاری/تخصص ها  
سایر موارد  
آدرس خیابان  
تهران - خیابان کارگر شمالی - بالاتر از تقاطع جلال آل احمد - بین  
خیابان پانزدهم و شانزدهم - روبروی کوی دانشگاه تهران  
شهر  
تهران  
استان  
تهران  
کد پستی  
۱۴۱۷۹۳۵۸۴۰  
تلفن  
1730 8835 21 98+  
ایمیل  
SOORI@ut.ac.ir

## اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه علوم پزشکی تهران

نام کامل فرد مسوول

رحمان سوری

موقعیت شغلی

استاد تمام

آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

سایر موارد

آدرس خیابان

تهران - خیابان کارگر شمالی - بالاتر از تقاطع جلال آل احمد - بین

خیابان پانزدهم و شانزدهم- روبروی کوی دانشگاه تهران

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

۱۴۱۷۹۳۵۸۴۰

تلفن

1730 8835 21 98+

ایمیل

## برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD

داده‌های فردی بدون مشخصات هویتی شرکت کنندگان به اشتراک

گذاشته نخواهد شد؛ زیرا رضایت اختصاصی برای ارائه داده‌های

فردمحور به پژوهشگران خارج از تیم پژوهش اخذ نشده است و داده‌ها

مطابق الزامات اخلاقی و سازمانی به صورت محرمانه نزد تیم پژوهش

نگهداری خواهد شد.

پروتکل مطالعه

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

نقشه آنالیز آماری

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

فرم رضایتنامه آگاهانه

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

گزارش مطالعه بالینی

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

کدهای استفاده شده در آنالیز

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد