پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

تاثیر مصرف همزمان عصاره انگور و چغندر قرمز پیش از یک جلسه فعالیت ورزشی آسیب زا بر شاخص های کوفتگی عضلانی تاخیری و ریکاوری عملکرد قدرتی و توانی بازیکنان والیبال دختر

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

تعیین تاثیر مصرف عصاره انگور و چغندر قرمز پیش از یک جلسه فعالیت ورزشی آسیب زا بر انعطاف پذیری پایین تنه، توان انفجاری پایین تنه، توان انفجاری بالا تنه، قدرت ایزومتریک پایین تنه، چابکی، سرعت، استقامت عضلانی شکم، DOMS (بلافاصله، 12، 24، 48 و 72 ساعت بعد) در بازیکنان والیبال دانشگاهی.

طراحی

کارآزمایی بالینی به صورت تصادفی، متقاطع، کنترل شده با دارونما و دوسوکور روی ۱۲ بیمار تصادفی سازی به صورت ساده و با جدول اعداد انجام شد.

نحوه و محل انجام مطالعه

پژوهش حاضر در قالب یک کارآزمایی بالینی متقابل، دوسوکور و تصادفی، اثر مکمل‌های انگور قرمز (RGE)، چغندر قرمز (BRE) و ترکیب آن‌ها (BGE) را در مقایسه با دارونما (PLA) بر عملکرد و کوفتگی عضلانی تأخیری (۱۲ (DOMS بازیکن والیبال دختر، پس از اجرای پروتکل آسیب‌زای ۲۰۰ پرش عمودی بررسی کرد. آزمودنی‌ها در چهار مرحله با ۶ روز فاصله (دوره پاکسازی)، مکمل‌ها را ۲ ساعت پیش از فعالیت مصرف کردند. متغیرهای عملکردی (پرش، چابکی، قدرت، انعطاف‌پذیری و استقامت عضلانی) و DOMS (در فواصل ۰ تا ۷۲ ساعت پس از تمرین) ارزیابی و داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری پارامتریک و غیرپارامتریک در نرم‌افزار SPSS 26 تحلیل شدند.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

معیار ورود به آزمون - دختران با سنین 18-30 سال - افرادی که حداقل به مدت شش ماه تمرینات مستمر والیبال داشته‌اند. - تکمیل فرم رضایت نامه آگاهانه جهت مشارکت در پژوهش معیارهای خروج: - ممنوعیت ورزشی (تکمیل پرسشنامه (PAR-Q)) - حساسیت به چغندر و انگور قرمز - ابتلا به بیماری‌های مزمن - آسیب قبلی - استعمال دخانیات و الکل - مصرف مکمل‌های غذایی، مصرف آنتی بیوتیک‌ها و استروئیدها یا داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی یک هفته قبل و حین پژوهش

گروه‌های مداخله

حالتهای کنترل (PLA)، دارونما و عصاره انگور قرمز (RGE)، دارونما و عصاره چغندر قرمز (BRE) و عصاره انگور و چغندر قرمز (BGE)

متغیرهای پیامد اصلی

انعطاف پذیری پایین تنه توان انفجاری پایین تنه توان انفجاری بالا تنه قدرت ایزومتریک پایین تنه چابکی سرعت استقامت عضلانی شکم کوفتگی عضلانی تاخیری

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260818070716N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-10-02, ۱۴۰۵/۰۷/۱۰**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-10-02, ۱۴۰۵/۰۷/۱۰**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2026-10-02, ۱۴۰۵/۰۷/۱۰

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

کیمیا حاجی زادگان

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شیراز

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 34 3226 1796

آدرس ایمیل

m.hemmatinafar@shirazu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

در حال بیمار گیری

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2026-10-04, ۱۴۰۵/۰۷/۱۲

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2026-11-03, ۱۴۰۵/۰۸/۱۲

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

2026-10-07, ۱۴۰۵/۰۷/۱۵

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

2026-12-03, ۱۴۰۵/۰۹/۱۲

تاریخ خاتمه کارآزمایی

2026-12-21, ۱۴۰۵/۰۹/۳۰

عنوان علمی کارآزمایی
تاثیر مصرف همزمان عصاره انگور و چغندر قرمز پیش از یک جلسه فعالیت ورزشی آسیب زا بر شاخص های کوفتگی عضلانی تاخیری و ریکاوری عملکرد قدرتی و توانی بازیکنان والیبال دختر

عنوان عمومی کارآزمایی
بررسی اثر عصاره انگور و چغندر قرمز بر عملکرد ورزشی
هدف اصلی مطالعه
علوم پایه
شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه
شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
دختران با سنین 18-30 سال افرادی که حداقل به مدت شش ماه تمرینات مستمر والیبال داشته‌اند. تکمیل فرم رضایت نامه آگاهانه جهت مشارکت در پژوهش
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
ممنوعیت ورزشی (تکمیل پرسشنامه (PAR-Q)) حساسیت به چغندر و انگور قرمز ابتلا به بیماری‌های مزمن آسیب قبلی استعمال دخانیات و الکل مصرف مکمل‌های غذایی، مصرف آنتی بیوتیک‌ها و استروئیدها یا داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی یک هفته قبل و حین پژوهش
سن
از سن **18 ساله** تا سن **30 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
3
گروه‌های کور شده در مطالعه

- شرکت کننده
- محقق

حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **16**
حجم نمونه تحقق یافته: **12**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
برای اختصاص تصادفی شرکت‌کنندگان به گروه‌های مداخله و کنترل، از روش تصادفی‌سازی ساده فردی با استفاده از جدول اعداد تصادفی استفاده شد. پس از ورود شرکت‌کنندگان واجد شرایط به مطالعه و اختصاص یک کد شناسایی منحصربه‌فرد به هر فرد، جدول اعداد تصادفی مورد استفاده قرار گرفت. اعداد جدول از یک نقطه شروع به‌صورت متوالی بررسی شدند و بر اساس یک قاعده از پیش تعیین‌شده، اعداد به دو گروه مداخله و کنترل اختصاص یافتند؛ به‌گونه‌ای که هر شرکت‌کننده تنها به یکی از دو گروه تخصیص داده شد. فرآیند اختصاص گروهی تا تکمیل حجم نمونه موردنظر ادامه یافت. تخصیص گروهی پس از تعیین واجد شرایط بودن شرکت‌کنندگان انجام شد و نتیجه تخصیص برای هر کد ثبت گردید.
کور سازی (به نظر محقق)
دو سویه کور
توصیف نحوه کور سازی
قبل از شروع آزمون بر اساس یک جدول که توسط شخص ثالثی (بجز محقق) تهیه میشود، هر کدام از آزمودنی‌ها به صورت تصادفی در یکی از حالت‌های 1-کنترل (دارونما)، 2- دارونما و عصاره انگور ، 3- دارونما و عصاره چغندر قرمز و4- عصاره انگور و چغندر قرمز قرار گرفتند. محقق و آزمودنی‌ها تا پایان مراحل آزمون از محتوای جدول مطلع نشدند. انتخاب کپسول‌های مکمل و دارونما توسط فردی غیر از محقق تعیین و یادداشت شد.
دارو نما
دارد
اختصاص به گروه‌های مطالعه
متقاطع
سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

1

نام مرکز ثبت بین‌المللی
شماره ثبت در مرکز ثبت بین‌المللی
تاریخ ثبت در مرکز ثبت بین‌المللی
خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق
نام کمیته اخلاق
کمیته اخلاق دانشگاه شیراز
آدرس خیابان
بلوار ارم ، میدان ارم
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
7194684334
تاریخ تایید
2026-04-21, ۱۴۰۵/۰۲/۰۱
کد کمیته اخلاق
IR.US.PSYEDU.REC.1405.018

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
کوفتگی عضلانی تاخیری و آسیب عضلانی و عملکرد ورزشی
کد ICD-10
توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
انعطاف پذیری پایین تنه
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و ۷۲ ساعت بعد از مداخله و تمرین وامانده ساز
نحوه اندازه‌گیری متغیر
آزمون نشستن و رسیدن به روش V

2

شرح متغیر پیامد
توان انفجاری پایین تنه
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و ۷۲ ساعت بعد از مداخله و تمرین وامانده ساز
نحوه اندازه‌گیری متغیر
آزمون پرش سارجنت

3

شرح متغیر پیامد
توان انفجاری بالا تنه
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و ۷۲ ساعت بعد از مداخله و تمرین وامانده ساز
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرتاب توپ طبی از پشت سر

4

شرح متغیر پیامد
قدرت ایزومتریک پایین تنه
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و ۷۲ ساعت بعد از مداخله و تمرین وامانده ساز
نحوه اندازه‌گیری متغیر
آزمون وال سیت

5

شرح متغیر پیامد
چابکی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و ۷۲ ساعت بعد از مداخله و تمرین وامانده ساز
نحوه اندازه‌گیری متغیر
تست چابکی تی

6

شرح متغیر پیامد
سرعت
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و ۷۲ ساعت بعد از مداخله و تمرین وامانده ساز
نحوه اندازه‌گیری متغیر
تست سرعت ۱۰ متر

7

شرح متغیر پیامد
استقامت عضلانی شکم
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و ۷۲ ساعت بعد از مداخله و تمرین وامانده ساز
نحوه اندازه‌گیری متغیر
تست دراز نشست

8

شرح متغیر پیامد
کوفتگی عضلانی تاخیری
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل از مداخله و ۰،۱۲،۲۴،۴۸ و ۷۲ ساعت پس از جلسه وامانده ساز و مداخله
نحوه اندازه‌گیری متغیر
پرسشنامه مقیاس بصری درد انالوگ

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد
ندارد
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
ندارد
نحوه اندازه‌گیری متغیر
ندارد

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله: عصاره چغندر قرمز
طبقه بندی
غیره

2

شرح مداخله
گروه مداخله: عصاره انگور قرمز
طبقه بندی
غیره

3

شرح مداخله
گروه مداخله: عصاره انگور و چغندر قرمز
طبقه بندی
غیره

4

شرح مداخله
گروه کنترل: دارونما
طبقه بندی
دارو نما

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
ندارد
نام کامل فرد مسوول
کیمیا حاجی زادگان
آدرس خیابان
بلوار شهید باهنر، خیابان دادبین کوچه ۵
شهر
کرمان
استان
کرمان
کد پستی
7616884593
تلفن
+98 34 3226 1796
ایمیل
Kim13757775@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شیراز

نام کامل فرد مسوول
بهرام همتی نژاد
آدرس خیابان
بلوار ارم ، میدان ارم
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
7194684334
تلفن
+98 71 3613 4721
فکس
ایمیل
hemmatb@shirazu.ac.ir
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
خیر
عنوان منبع مالی
ندارد
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 شیراز
نام کامل فرد مسوول
محمد همتی نفر
موقعیت شغلی
استادیار
آخرین مدرک تحصیلی
Ph.D.
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
تغذیه
آدرس خیابان
بلوار ارم ، میدان ارم
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
7194684334
تلفن
+98 71 3613 3966
ایمیل
m.hemmatinafar@shirazu.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شیراز
نام کامل فرد مسوول
محمد همتی نفر
موقعیت شغلی
استادیار
آخرین مدرک تحصیلی
Ph.D.
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
تغذیه
آدرس خیابان
بلوار ارم ، میدان ارم
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
7194684334
تلفن
+98 71 3613 3966
ایمیل
m.hemmatinafar@shirazu.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه شیراز
نام کامل فرد مسوول
محمد همتی نفر
موقعیت شغلی
استادیار
آخرین مدرک تحصیلی
Ph.D.
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
تغذیه
آدرس خیابان
بلوار ارم ، میدان ارم
شهر
شیراز
استان
فارس
کد پستی
7194684334
تلفن
+98 71 3613 3966
ایمیل
m.hemmatinafar@shirazu.ac.ir

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
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

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

عنوان و جزییات بیشتر در مورد داده/مستند

ویژگی های دموگرافیک و نتایج مربوط به پیامد های اصلی

بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

شروع دوره دسترسی از مهر ۱۴۰۵

کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

محققین شاغل در موسسات علمی و دانشگاهی

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

ندارد

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

دکتر محمد همتی نفر

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

پس از تایید استاد راهنما در صورت داشتن شرایط طی یک ماه ارسال میشود

سایر توضیحات