پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۹/۰۱

مقایسه اثر ۸ هفته تمرینات پایداری عصبی عضلانی پویا (دی ان اس)و آی چی بر تعادل،کیفیت زندگی،عملکرد حرکتی،قدرت و استقامت عضلات مرکزی در زنان سالمند

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

هدف این مطالعه، مقایسه اثر ۸ هفته تمرینات DNS و تمرینات آبی Ai Chi بر تعادل، کیفیت زندگی، عملکرد حرکتی، قدرت و استقامت عضلات مرکزی در زنان سالمند ۶۵ تا ۷۵ ساله است

طراحی

این مطالعه یک کارآزمایی بالینی تصادفی‌سازی‌شده، سه‌گروهی و بدون کورسازی، با طرح پیش‌آزمون–پس‌آزمون است برای ۴۵نفر .

نحوه و محل انجام مطالعه

این مطالعه در شهرستان سبزوار انجام خواهد شد. پس از شناسایی و غربالگری افراد واجد شرایط و اخذ رضایت‌نامه آگاهانه، ۴۵ شرکت‌کننده به‌صورت تصادفی در سه گروه DNS، Ai Chi و کنترل قرار می‌گیرند. ارزیابی‌های پیش‌آزمون قبل از شروع مداخله و پس‌آزمون پس از پایان ۸ هفته انجام خواهد شد. گروه‌های DNS و Ai Chi به مدت ۸ هفته، دو جلسه در هفته و هر جلسه ۴۵ تا ۶۰ دقیقه تمرین خواهند داشت و گروه کنترل در این مدت فعالیت‌های روزمره معمول خود را ادامه خواهد داد

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

۴۵ زن سالمند ۶۵ تا ۷۵ ساله ساکن سبزوار. شرایط ورود: سن ۶۵–۷۵ سال، BMI بین ۲۵–۳۰، رضایت آگاهانه، توانایی انجام فعالیت‌های روزمره و نداشتن بیماری یا آسیب شدید ستون فقرات، کمر یا لگن و نداشتن سابقه تمرینات مشابه در ۳ ماه گذشته. شرایط عدم ورود: وجود بیماری یا آسیب شدید جسمانی، سابقه شکستگی یا جراحی ستون فقرات، ناتوانی در انجام فعالیت‌های روزمره، ترس قابل توجه از آب یا عدم احراز شرایط ورود

گروه‌های مداخله

گروه (دی ان اس)۱۵نفر گروه (آی چی)۱۵نفر گروه کنترل ۱۵نفر

متغیرهای پیامد اصلی

تعادل، کیفیت زندگی، عملکرد حرکتی، قدرت عضلات مرکزی و استقامت عضلات مرکزی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20260905070921N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2026-09-25, ۱۴۰۵/۰۷/۰۳**

زمان‌بندی ثبت: **prospective**

آخرین بروز رسانی: **2026-09-25, ۱۴۰۵/۰۷/۰۳**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2026-09-25, ۱۴۰۵/۰۷/۰۳

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

سارا اقلیمی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه گیلان

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 51 4472 3563

آدرس ایمیل

ssarh5998@gmail.com

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2026-10-07, ۱۴۰۵/۰۷/۱۵

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2026-11-06, ۱۴۰۵/۰۸/۱۵

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

2026-10-12, ۱۴۰۵/۰۷/۲۰

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

2026-11-06, ۱۴۰۵/۰۸/۱۵

تاریخ خاتمه کارآزمایی

2026-12-01, ۱۴۰۵/۰۹/۱۰

عنوان علمی کارآزمایی

مقایسه اثر ۸ هفته تمرینات پایداری عصبی عضلانی پویا (دی ان اس)و آی چی بر تعادل،کیفیت زندگی،عملکرد حرکتی،قدرت و استقامت عضلات مرکزی در زنان سالمند

عنوان عمومی کارآزمایی

مقایسه تاثیر ۸هفته تمرینات (دی ان اس) و آی چی بر توانایی های جسمانی و کیفیت زندگی زنان سالمند

هدف اصلی مطالعه

حمایتی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

زنان ۶۵ تا ۷۵ ساله تمایل داوطلبانه به شرکت در پژوهش و تکمیل فرم رضایت آگاهانه تکمیل فرم تندرستی و آمادگی بدنی، شامل پرسشنامه فعالیت فیزیکی سالمندان واشبورن داشتن شاخص توده بدنی (BMI) بین ۲۵ تا ۳۰ کیلوگرم بر مترمربع نداشتن سابقه شرکت در برنامه‌های تمرینی یا توانبخشی مشابه DNS یا تای‌چی طی ۳ ماه گذشته نداشتن پاتولوژی شدید ستون فقرات، از جمله فتق دیسک درجه ۲ و ۳ نداشتن سابقه شکستگی یا جراحی ستون فقرات توانایی نشستن، ایستادن و راه رفتن بدون استفاده از وسایل کمکی و انجام فعالیت‌های روزمره زندگی نداشتن اختلال شدید در ناحیه کمر و ران، از جمله هایپرلوردوزیس و اسکولیوز، با تأیید پزشک متخصص نداشتن ترس قابل توجه از آب، بر اساس ارزیابی شفاهی در جلسه غربالگری اولیه

شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

وجود پاتولوژی شدید ستون فقرات، از جمله فتق دیسک درجه ۲ و ۳ یا علائم عصبی شدید وجود اختلالات شدید در ناحیه کمر و ران، از جمله هایپرلوردوزیس یا اسکولیوز شدید سابقه شکستگی یا جراحی ستون فقرات ناتوانی در نشستن، ایستادن یا راه رفتن بدون استفاده از وسایل کمکی وجود ترس یا اضطراب قابل توجه از آب عدم برخورداری از شرایط لازم برای شرکت ایمن در برنامه تمرینی، بر اساس نظر پزشک متخصص عدم احراز سایر معیارهای ورود به مطالعه

سن

از سن **65 ساله** تا سن **75 ساله**

جنسیت

مونث

فاز مطالعه

مصداق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: **65**

حجم نمونه تحقق یافته: **45**

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

پس از احراز شرایط ورود به مطالعه و تکمیل فرم رضایت‌نامه آگاهانه، ۴۵ شرکت‌کننده به‌صورت تصادفی در سه گروه ۱۵ نفره شامل گروه تمرینات DNS، گروه تمرینات تای‌چی و گروه کنترل تخصیص داده خواهند شد. برای تصادفی‌سازی، به هر شرکت‌کننده یک کد اختصاص داده می‌شود و تخصیص افراد به گروه‌ها با استفاده از روش تولید اعداد تصادفی انجام خواهد شد. به این ترتیب، هر شرکت‌کننده شانس یکسانی برای قرار گرفتن در هر یک از سه گروه مطالعه خواهد داشت

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 حکیم سبزواری

آدرس خیابان

خراسان رضوی – سبزوار – توحید شهر- پردیس دانشگاه حکیم سبزواری

شهر

سبزوار

استان

خراسان رضوی

کد پستی

۹۶۱۷۹۷۶۴۸۷

تاریخ تایید

2026-04-28, ۱۴۰۵/۰۲/۰۸

کد کمیته اخلاق

IR.HSU.REC.1405.002

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

ندارد (مطالعه بر روی زنان سالمند سالم انجام می‌شود).

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

استقامت عضلات مرکزی که در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون، قبل و بعد از ۸ هفته مداخله، در هر سه گروه ارزیابی خواهند شد.

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

اندازه‌گیری متغیرهای پیامد در دو مقطع انجام خواهد شد:۱. پیش‌آزمون: قبل از شروع مداخله.۲. پس‌آزمون: بلافاصله پس از پایان ۸ هفته مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

استقامت عضلات مرکزی: آزمون مک‌گیل (McGill Test) این آزمون‌ها به‌منظور ارزیابی استقامت عضلات ناحیه مرکزی بدن مورد استفاده قرار می‌گیرند. آزمون‌های به‌کاررفته شامل پلانک جانبی (با ضریب روایی 0.99)، آزمون اکستنشن تنه (با ضریب روایی 0.97) و آزمون فلکشن تنه در زاویه 60 درجه (با ضریب روایی 0.97) هستند. برای سنجش استقامت عضلات خم‌کننده تنه، آزمودنی در وضعیت نشسته روی تخت قرار می‌گیرد و تنه خود را در زاویه ۶۰ درجه نسبت به سطح افق حفظ می‌کند. دست‌ها به صورت ضربدری روی سینه قرار گرفته، زانوها به‌طور کامل خم شده و کف پاها روی تخت قرار می‌گیرند. به‌منظور تثبیت موقعیت، انگشتان پا با استفاده از چسب در محل خود ثابت می‌شوند. در آغاز آزمون، تکیه‌گاه پشتی شرکت‌کننده به اندازه ۱۰ سانتی‌متر به سمت عقب کشیده می‌شود تا اطمینان حاصل شود که آزمودنی برای حفظ وضعیت بدنی به آن اتکا نمی‌کند. سپس به شرکت‌کننده دستور داده می‌شود تا حد امکان این وضعیت را حفظ کند. زمان از لحظه جدا شدن تنه از تکیه‌گاه تا زمان تماس مجدد با آن اندازه‌گیری شده و به‌عنوان شاخص عملکرد فرد ثبت می‌گردد. ارزیابی استقامت عضلات بازکننده تنه بر اساس یک پروتکل مشخص انجام می‌شود. در این آزمون، فرد در وضعیت درازکش طوری قرار می‌گیرد که کف دستانش رو به پایین باشد و لگن دقیقاً بر روی لبه فوقانی تخت قرار گیرد. سپس، لگن و اندام تحتانی با استفاده از بندهایی که به زیر تخت متصل شده‌اند، محکم تثبیت می‌شوند. برای حمایت از تنه و اندام فوقانی، یک صندلی در مجاورت لبه فوقانی تخت قرار داده می‌شود. آزمون با قرار دادن دست‌ها به صورت ضربدری روی سینه آغاز می‌شود. در ادامه، شرکت‌کننده تنه خود را از روی صندلی بلند کرده و تلاش می‌کند آن را در راستای افقی نگه دارد و تا حد امکان این وضعیت را حفظ کند. مدت‌زمان آزمون از لحظه رسیدن تنه به وضعیت افقی تا لحظه‌ای که دست‌ها مجدداً با سطح صندلی تماس پیدا کنند،

اندازه‌گیری و ثبت می‌شود. این روش به عنوان یک شاخص معتبر برای سنجش استقامت عضلات بازکننده تنه به‌کار می‌رود. سنجش استقامت عضلات جانبی تنه (عضلات مایل خارجی و داخلی شکم، عضله مربع کمری) آزمودنی به پهلو روی یک سطح صاف و سفت (مثل تخت یا تشک سخت) دراز می‌کشد. آرنج همان سمت روی زمین یا تخت قرار می‌گیرد و زیر شانه تنظیم می‌شود، به طوری که زاویه بین بازو و تنه حدود ۹۰ درجه باشد. پاها کاملاً صاف و روی یکدیگر قرار می‌گیرند (پای بالایی روی پای پایینی). دست آزاد (سمت بالا) معمولاً روی پهلو یا روی سینه قرار می‌گیرد. به آزمودنی دستور داده می‌شود که تنه و لگن خود را از زمین بلند کند تا بدن از سر تا پا یک خط مستقیم تشکیل دهد (مانند یک تخته سفت یا پل جانبی). آزمونگر با استفاده از کرنومتر مدت زمانی را که فرد قادر است وضعیت را بدون افت لگن یا خم شدن حفظ کند، اندازه‌گیری می‌کند. در صورتی که لگن به سمت زمین سقوط کند یا فرد نتواند موقعیت صاف بدن را حفظ کند، آزمون متوقف شده و زمان ثبت می‌شود

2

شرح متغیر پیامد

قدرت عضلات مرکزی که در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون، قبل و بعد از ۸ هفته مداخله، در هر سه گروه ارزیابی خواهند شد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

اندازه‌گیری متغیرهای پیامد در دو مقطع انجام خواهد شد:۱. پیش‌آزمون: قبل از شروع مداخله.۲. پس‌آزمون: بلافاصله پس از پایان ۸ هفته مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

تست قدرت ایزومتریک عضلات تنه روشی معتبر و قابل اطمینان برای اندازه‌گیری حداکثر قدرت ایزومتریک عضلات مرکزی بدن، از جمله عضلات خم‌کننده (شکم) و راست‌کننده (کمر) تنه است. در این تست، فرد تلاش می‌کند با اعمال نیروی عضلانی بدون حرکت مفاصل، حداکثر قدرت خود را نشان دهد که این امر نشانگر قدرت عضلات مرکزی و توانایی آنها در پایداری و کنترل حرکتی است.تست معمولاً با استفاده از دینامومتر دستی انجام می‌شود که در نقاط خاصی از بدن قرار می‌گیرد. برای اندازه‌گیری قدرت عضلات خم‌کننده تنه، دینامومتر روی قسمت جلوی قفسه سینه یا بالای شکم قرار می‌گیرد و فرد با تلاش برای خم کردن تنه به جلو، نیروی خود را به دستگاه وارد می‌کند. برای اندازه‌گیری قدرت عضلات راست‌کننده تنه، دینامومتر روی قسمت پایین کمر یا پشت شانه‌ها قرار می‌گیرد و فرد با تلاش برای راست کردن تنه به عقب، نیروی خود را اعمال می‌کند. هر تلاش معمولاً بین ۳ تا ۵ ثانیه طول می‌کشد و تست ۲ تا ۳ بار تکرار می‌شود تا مقدار حداکثر یا میانگین نیرو ثبت شود. نتایج معمولاً بر حسب نیوتون (N)یا کیلوگرم نیرو گزارش می‌شود. این روش به دلیل ایمنی، سادگی و کم‌نیازی به تجهیزات سنگین، به ویژه برای افراد سالمند بسیار مناسب است

3

شرح متغیر پیامد

تعادل که در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون، قبل و بعد از ۸ هفته مداخله، در هر سه گروه ارزیابی خواهند شد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

اندازه‌گیری متغیرهای پیامد در دو مقطع انجام خواهد شد:۱. پیش‌آزمون: قبل از شروع مداخله.۲. پس‌آزمون: بلافاصله پس از پایان ۸ هفته مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

ازمون تعادل ایستا:برای سنجش تعادل ایستا، از آزمون لک‌لک بهره گرفته می‌شود؛ این آزمون یکی از ابزارهای رایج در ارزیابی تعادل ایستا به شمار می‌رود. آزمون در دو شرایط چشمان باز و بسته اجرا می‌گردد. در این آزمون، شرکت‌کننده بر روی یک پا می‌ایستد و دست‌های خود را روی کمر قرار می‌دهد. کف پای غیر تکیه‌گاهی در تماس با سطح داخلی زانوی پای نگهدارنده قرار می‌گیرد. مدت زمانی که فرد قادر به حفظ این وضعیت است، با کرونومتر و بر حسب ثانیه اندازه‌گیری می‌شود. آزمون در صورت بروز هر یک از شرایط زیر متوقف می‌شود: تماس پاشنه پای تکیه‌گاه با زمین، جدا شدن دست‌ها از ناحیه کمر، یا جدا شدن پای آزاد از زانوی پای نگهدارنده. این آزمون سه مرتبه اجرا شده و بالاترین زمان ثبت‌شده به عنوان نتیجه نهایی در نظر گرفته می‌شود. لازم به ذکر است که پایایی این آزمون 0.66 گزارش شده است.ازمون تعادل پویا:برای ارزیابی تعادل پویا از آزمون وای استفاده خواهد شد. این آزمون شامل سه جهت حرکتی مختلف است: قدامی، خلفی-داخلی، و خلفی-خارجی که همگی بر روی یک صفحه مرکزی با ساختار سه‌جهته انجام می‌شوند. ضریب همبستگی این آزمون بین 0.86 تا 0.98 گزارش شده و نشان‌دهنده پایایی بالا و اعتبار مناسب آن در مطالعات مختلف است. برای تعیین پای غالب، از روش آزمون شروع سقوط استفاده می‌شود. در صورتی که پای راست، اندام غالب باشد، مسیر اجرای آزمون خلاف جهت عقربه‌های ساعت خواهد بود و اگر پای غالب چپ باشد، آزمون در جهت عقربه‌های ساعت انجام می‌گیرد. در روند آزمون، آزمودنی با ایستادن روی پای غالب خود در محل تقاطع سه شاخه‌ی صفحه آغاز می‌کند. تا زمانی‌که فرد دچار خطاهای عملکردی نشود – از جمله: حرکت دادن پای تکیه‌گاه از جای اولیه، اتکا به پای متحرک برای حفظ تعادل، یا از دست دادن تعادل (سقوط) – اجازه ادامه‌ی حرکت را خواهد داشت. در صورت ناتوانی در انجام حرکت، فرد به حالت اولیه بازمی‌گردد و فاصله‌ای که نشانگر توسط پای متحرک طی کرده، به‌عنوان میزان دسترسی ثبت میشود. آزمودنی در هر سه جهت، سه بار حرکت را تکرار می‌کند و در نهایت، میانگین درصد دسترسی‌ها بر طول اندام تحتانی آزمودنی تقسیم و به‌عنوان نتیجه نهایی تحلیل می‌گردد

4

شرح متغیر پیامد

عملکرد حرکتی که در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون، قبل و بعد از ۸ هفته مداخله، در هر سه گروه ارزیابی خواهند شد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

اندازه‌گیری متغیرهای پیامد در دو مقطع انجام خواهد شد:۱. پیش‌آزمون: قبل از شروع مداخله.۲. پس‌آزمون: بلافاصله پس از پایان ۸ هفته مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

آزمون اف ام اس:یک مجموعه استاندارد از هفت حرکت بنیادی است که برای ارزیابی کیفیت الگوی حرکتی و شناسایی محدودیت‌ها یا عدم تعادل‌های حرکتی پیش از شروع فعالیت‌های ورزشی طراحی شده است.(اسکوات عمیق):آزمودنی پاها را به اندازه عرض شانه باز می‌کند، هالتر یا دست‌ها را بالای سر نگه داشته و به آرامی به حالت اسکوات می‌رود تا جایی که ران‌ها حداقل موازی با زمین شوند، سپس به حالت اولیه برمی‌گردد(قدم از روی موانع): آزمودنی روی یک سطح صاف ایستاده، یک مانع (معمولاً میله یا چوب) در ارتفاع معین قرار دارد. با پای مقابل، از روی مانع عبور می‌کند و سپس به وضعیت اولیه بازمی‌گردد(لانگ خطی): آزمودنی پای جلو را جلو برده و پای عقب را در خط مستقیم پشت آن قرار می‌دهد، سپس به آرامی پایین می‌رود و به حالت اولیه بازمی‌گردد(تحرک شانه): آزمودنی یک دست را از بالا پشت سر و یک دست را از پایین پشت کمر به سمت هم می‌برد و فاصله بین دستانش اندازه‌گیری می‌شود(بالا بردن فعال پا به صورت مستقیم): آزمودنی به پشت خوابیده و یک پا را به صورت مستقیم تا حد ممکن بالا می‌برد، پای دیگر روی زمین صاف باقی می‌ماند.(شنا با حفظ ثبات تنه): آزمودنی در وضعیت شنا قرار می‌گیرد و یک حرکت شنا کامل انجام می‌دهد به گونه‌ای که تنه در خط مستقیم باقی بماند(ثبات چرخشی): آزمودنی روی چهار دست و پا قرار می‌گیرد و یک دست و پای مخالف را به صورت همزمان بلند می‌کند، سپس وضعیت را حفظ می‌کندنحوه نمره‌دهی:هر حرکت با نمره 0 تا 3 ارزیابی می‌شود3_ حرکت کامل و بدون نقص انجام شود2_ حرکت با اصلاح یا جبران انجام شود1_ قادر به انجام حرکت صحیح نباشد0_ در صورت درد در هر مرحله، نمره صفر ثبت می‌شودمجموع نمرات حرکات، امتیاز کل اف ام اس را تشکیل میدهد (حداکثر21)

5

شرح متغیر پیامد

کیفیت زندگی که در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون، قبل و بعد از ۸ هفته مداخله، در هر سه گروه ارزیابی خواهند شد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

اندازه‌گیری متغیرهای پیامد در دو مقطع انجام خواهد شد:۱. پیش‌آزمون: قبل از شروع مداخله.۲. پس‌آزمون: بلافاصله پس از پایان ۸ هفته مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

آزمون سنجش کیفیت زندگی :شامل 26 سوال که 2 سوال ان درمورد سلامت کلی و کیفیت زندگی بقیه سوالات درمورد سلامت جسمانی و سلامت روانی و روابط اجتماعی و محیط زندگی است نوع پاسخگویی به روش مقیاس لیکرت 5 گزینه‌ای (از 1 تا 5)، که شدت، ظرفیت، فرکانس یا ارزیابی را منعکس می‌کند. شرکت‌کننده می‌تواند به‌صورت خودسنجی پرسش‌نامه را تکمیل کند. در صورت ناتوانی فرد در خواندن یا نوشتن، می‌توان پرسش‌ها را شفاهی توسط پژوهشگر یا درمانگر مطرح کرد. بهتر است محیطی ساکت و بدون عوامل مزاحم فراهم شود تا پاسخ‌دهی با دقت انجام شود. نمرات برای هر حوزه جداگانه محاسبه می‌شود. برخی آیتم‌ها معکوس نمره‌گذاری می‌شوند (مثلاً سؤال‌هایی با مضمون منفی). نمرات خام هر حوزه به مقیاس 0 تا 100 استانداردسازی می‌شوند، که نمرات بالاتر نشان‌دهنده کیفیت زندگی بهتر هستند

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: گروه DNS (دی ان اس) به مدت ۸ هفته، هفته‌ای ۲ جلسه و هر جلسه ۴۵ تا ۶۰ دقیقه تحت تمرینات مربوطه قرار می‌گیرند.این گروه قبل از شروع دوره تست های تعادل، تست مک گیل، تست قدرت عضلات تنه، تست اف ام اس انجام میدهند و پرسشنامه کیفیت زندگی را پر میکنند بعد از 8 هفته دوباره تست ها و پرسشنامه اجرا میشود

طبقه بندی

توانبخشی

2

شرح مداخله

گروه مداخله: گروه Ai chi(ای چی) به مدت ۸ هفته، هفته‌ای ۲ جلسه و هر جلسه ۴۵ تا ۶۰ دقیقه تحت تمرینات مربوطه قرار می‌گیرند.این گروه قبل از شروع دوره تست های تعادل، تست مک گیل، تست قدرت عضلات تنه، تست اف ام اس انجام میدهند و پرسشنامه کیفیت زندگی را پر میکنند بعد از 8 هفته دوباره تست ها و پرسشنامه اجرا میشود

طبقه بندی

توانبخشی

3

شرح مداخله

گروه کنترل: این گروه در اول تست های تعادل،تست مک گیل ،تست اف ام اس،تست قدرت عضلات را انجام دادن و پرسشنامه کیفیت زندگی را پر کردند و در طول این 8 هفته هیچگونه مداخله ای انجام ندادن و بعد از 8 هفته دوباره تست و پرسشنامه از انها گرفته شد

طبقه بندی

توانبخشی

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

خانه سالمندان سبزوار

نام کامل فرد مسوول

مهدی ذبیح اللهی

آدرس خیابان

سبزوار_خیابان کاشفی_خیابان 22 بهمن پلاک ۲۸

شهر

سبزوار

استان

خراسان رضوی

کد پستی

9613944986

تلفن

+98 51 4472 3563

ایمیل

Salmandan@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

معاونت پژوهشی دانشگاه گیلان

نام کامل فرد مسوول

خانم پرستو خان عمویی

آدرس خیابان

رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر ۵ جاده تهران، مجتمع دانشگاه گیلان

شهر

رشت

استان

گیلان

کد پستی

416351841

تلفن

+98 13 3369 0274

ایمیل

info@research.guilan.ac.ir

ردیف بودجه

کد بودجه

آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟

بلی

عنوان منبع مالی

معاونت پژوهشی دانشگاه گیلان

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
معاونت پژوهشی دانشگاه گیلان
نام کامل فرد مسوول
سارا اقلیمی
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
اسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی
آدرس خیابان
رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر ۵ جاده تهران، مجتمع دانشگاه گیلان
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
4199613776
تلفن
+98 13 3369 0274
ایمیل
info@research.guilan.ac.ir

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
معاونت پژوهشی دانشگاه گیلان
نام کامل فرد مسوول
سارا اقلیمی
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
اسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی
آدرس خیابان
رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر ۵ جاده تهران، مجتمع دانشگاه گیلان
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
4199613776
تلفن
+98 13 3369 0274
ایمیل
info@research.guilan.ac.ir

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
معاونت پژوهشی دانشگاه گیلان
نام کامل فرد مسوول
سارا اقایمی
موقعیت شغلی
دانشجو
آخرین مدرک تحصیلی
لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
اسیب شناسی ورزشی و تمرینات اصلاحی
آدرس خیابان
رشت، بزرگراه خلیج فارس، کیلومتر ۵ جاده تهران، مجتمع دانشگاه گیلان
شهر
رشت
استان
گیلان
کد پستی
4199613776
تلفن
+98 13 3369 0274
ایمیل
info@research.guilan.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