

Effect van eiwitsupplementen op spierpijn en spierschade na een hardloopwedstrijd

Gepubliceerd: 09-10-2018 Laatste bijgewerkt: 15-05-2024

Het doel van dit onderzoek is om de effecten van een verhoogde eiwitname op spierpijn en spierschade bij duursporters te evalueren na een hardloopwedstrijd.

Ethische beoordeling	Goedgekeurd WMO
Status	Werving gestopt
Type aandoening	Spieraandoeningen
Onderzoekstype	Interventie onderzoek

Samenvatting

ID

NL-OMON46050

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

Prorunning

Aandoening

- Spieraandoeningen

Synoniemen aandoening

Spierpijn, spierschade

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Radboud Universitair Medisch Centrum

Overige ondersteuning: Campina, Frieslandcampina

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: Duur sporter, Eiwit, Spierpijn, Spierschade

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

De primaire uitkomstmaat is de mate van spierpijn 24 uur na het evenement, gemeten met de VAS.

Secundaire uitkomstmaten

VAS score 48 en 72 uur na het evenement.

Pijn vragenlijst: short form brief pain inventory

Spierschade markers CK en LDH in het bloed 24-48 uur na de wedstrijd (n=208)

Pijn score gemeten met een algometer (n=208)

Vermoeidheid vragenlijst: short-form brief fatigue inventory

Daarnaast wordt ahv vragenlijsten de voedingsinname, beweegpatroon, medische historie, training status en hoe zwaar de wedstrijd was nagevraagd.

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

Voor duursporters zijn adviezen voor een optimaal herstel na een inspanning vaak alleen gericht op het herstellen van de vochtbalans en het aanvullen van de energievoorraad van het lichaam. Er wordt geen aandacht besteed aan het verminderen van spierklachten. Eiwitten kunnen mogelijk spierherstel na een duurinspanning bewerkstelligen door de ****bouwstoffen**** van spieren, genaamd aminozuren, te leveren aan de spieren dat wordt gebruikt voor herstel en opbouw. Echter zijn er maar een beperkt aantal studies die kijken naar het effect van eiwitsuppletie op spierschade en spierpijn bij duursporters.

In deze studie willen wij kijken of eiwitsuppletie na het lopen van de Zevenheuvelenloop spierschade en spierpijn vermindert.

Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek is om de effecten van een verhoogde eiwitinname op spierpijn en spierschade bij duursporters te evalueren na een hardloopwedstrijd.

Onderzoeksopzet

Gerandomiseerde, dubbelblinde studie.

Onderzoeksproduct en/of interventie

Deelnemers worden gerandomiseerd onderverdeeld in de eiwit of placebo groep. Ze worden geïnstrueerd om direct na de Zevenheuvelenloop, dezelfde dag voor het slapen en de daaropvolgende 3 dagen bij het ontbijt en 2 dagen voor het slapen gaan het supplement te nemen.

Inschatting van belasting en risico

De belasting van de studie is laag. De meeste studieprocedures zijn vragenlijsten of simpele testjes. Een meting met enige belasting/risico voor de deelnemer is de bloedafname. Bloedafnames kunnen pijn doen of een bloeduitstorting geven. We nemen 15 mL bloed af. Deze hoeveelheid geeft bij volwassenen geen problemen. Ter vergelijking: bij de bloedbank wordt 500 ml bloed per keer afgenomen.

Contactpersonen

Publiek

Radboud Universitair Medisch Centrum

Philips van Leijdenlaan 15
Nijmegen 6525EX
NL

Wetenschappelijk

Radboud Universitair Medisch Centrum

Philips van Leijdenlaan 15
Nijmegen 6525EX
NL

Locaties

Landen waar het onderzoek wordt uitgevoerd

Netherlands

Deelname eisen

Leeftijd

Volwassenen (18-64 jaar)
65 jaar en ouder

Belangrijkste voorwaarden om deel te mogen nemen (Inclusiecriteria)

- Leeftijd tussen de 30-60 jaar
- Geregistreerd voor de Zeven heuvelenloop 2018
- In staat om de studie procedures te begrijpen en uit te voeren

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

- Spierpijn of spierklachten in het dagelijks leven (ongerelateerd aan beweging) bij de start van de studie
- Type 1 of II diabetes
- Allergisch of overgevoelig voor melkeiwitten, eieren of sojabonen, of lactose intolerant
- Gediagnosticeerde intestinale ziekten die de eiwitopname beïnvloeden (bijvoorbeeld, prikkelbare darm syndroom, ziekte van Crohn).
- Gediagnosticeerde nierinsufficiëntie
- Gebruik van statines

Onderzoekopzet

Opzet

Type:	Interventie onderzoek
Onderzoeksmodel:	Parallel
Toewijzing:	Gerandomiseerd
Blindering:	Dubbelblind
Controle:	Placebo
Doel:	Behandeling / therapie

Deelname

Nederland	
Status:	Werving gestopt
(Verwachte) startdatum:	02-11-2018
Aantal proefpersonen:	416
Type:	Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO	
Datum:	09-10-2018
Soort:	Eerste indiening
Toetsingscommissie:	IRB Nijmegen: Independent Review Board Nijmegen (Wijchen)
Goedgekeurd WMO	
Datum:	09-11-2018
Soort:	Amendement
Toetsingscommissie:	IRB Nijmegen: Independent Review Board Nijmegen (Wijchen)

Registraties

Opgevolgd door onderstaande (mogelijk meer actuele) registratie

Geen registraties gevonden.

Andere (mogelijk minder actuele) registraties in dit register

ID: 22476

Bron: Nationaal Trial Register

Titel:

In overige registers

Register	ID
CCMO	NL67354.072.18
OMON	NL-OMON22476

Resultaten

Einddatum onderzoek: 28-08-2019

Totaal aantal deelnemers: 323