

В диссертационный совет Д 004.038.01 Института физиологии Коми научного центра Уральского отделения Российской академии наук Федерального государственного бюджетного учреждения науки Федерального исследовательского центра «Коми научный центр Уральского отделения Российской академии наук»

ОТЗЫВ

на автореферат диссертации Полугрудова Артёма Сергеевича «Особенности ритма сна-бодрствования и пищевого поведения у людей с социальным джетлагом», представленную на соискание ученой степени кандидата биологических наук по специальности 1.5.5 - Физиология человека и животных.

Актуальность темы. Автореферат Полугрудова Артёма Сергеевича посвящен оценке состояния пищевого поведения и особенности ритма-сна бодрствования при социальном джетлаге у человека. Данная проблема является актуальной, так как результаты исследования позволяют расширить представления о негативном влиянии социального джетлага на физиологию питания и сна человека.

Научная новизна. Диссертантом получены новые данные, которые имеют научную новизну. А именно: у людей с социальным джетлагом снижается амплитуда суточного ритма температуры запястья и изменяется структура ночного сна. Определение количества мелатонина, получаемого с пищей, предложено в качестве нового экспериментального подхода, позволяющего точнее выявлять особенности ритма-сна бодрствования при нарушениях циркадианного ритма. Впервые автором установлена зависимость ряда параметров сна от таких особенностей пищевого поведения людей с социальным джетлагом как середина пищевого окна и пищевой джетлаг. Таким образом, эти и другие полученные результаты свидетельствуют о значительной научной новизне исследования.

Обоснованность и достоверность научных положений, выводов и рекомендаций. Большой объем выборки, использование современных и информативных методов регистрации сна, температуры запястья, оценки аппетита, режима и рациона питания. Результаты апробированы на российских и международных конференциях.

Практическая значимость.

Полученные данные Полугрудовым Артёмом Сергеевичем имеют важное практическое значение. Во-первых, полученные данные достоверно демонстрируют, насколько широко распространены среди лиц молодого возраста нарушения структуры сна и циркадианного ритма в виде социального джетлага, что является, при отсутствии коррекции, предиктором развития инсомнии – синдрома расстройства ночного сна и сопутствующих нарушений в дневное время, данная патология сна коморбидна с сердечно-сосудистыми заболеваниями. Длительные нарушения циркадных циклов сна статистически значимо коррелируют с тревожными расстройствами, депрессией, расстройствами пищевого поведения, негативно влияют на невербальный интеллект. В сложившейся ситуации представляется актуальным своевременное выявление и коррекция нарушений ритма сна и бодрствования у учащейся и работающей молодежи.

Во-вторых, у молодых лиц, организм которых подвержен прессингу различных стрессовых факторов в виде значительных ментальных перегрузок на фоне гиподинамии и несбалансированного питания, отмечен более поздний временной лаг отхода ко сну. Долг сна формирует недостаточную секрецию мелатонина, сдвиг пика секреции мелатонина, нарушение процессов гормональной регуляции метаболизма, что может способствовать развитию метаболического синдрома. Автор предлагает новый подход к пониманию джетлага питания, а результаты исследования могут быть использованы для разработки новых подходов к коррекции социального джетлага с помощью увеличения в рационе питания мелатонина, и, как следствие, к профилактике нарушений метаболизма.

В-третьих, снижение амплитуды суточного ритма температуры запястья предлагается использовать как объективный маркер социального джетлага.

Принципиальных замечаний нет.

Заключение

На основании автореферата диссертационной работы Полугрудова Артёма Сергеевича «Особенности ритма сна бодрствования и пищевого поведения у людей с социальным джетлагом», могу утверждать, что работа соответствует специальности 1.5.5 - Физиология человека и животных,

биологические науки, представляет собой законченную научно-квалификационную работу, обладающую научной и практической значимостью, содержащей решение задачи, имеющей существенное значение для развития физиологии.

Исследование Полугрудова Артёма Сергеевича полностью соответствует критериям, указанным в разделе II, п.9 Положения о присуждении ученых степеней, утвержденным Постановлением Правительства Российской Федерации № 842 от 24.09.2013 г. (в ред. от 18.03.2023 г.), а соискатель Полугрудов Артём Сергеевич заслуживает присвоения ему ученой степени кандидата биологических наук по специальности 1.5.5. - Физиология человека и животных.

Доктор медицинских наук (специальность 03.03.03. - патофизиология),

Ведущий научный сотрудник
лаборатории хронопатофизиологии и
фитофармакологии отдела биомедицинских технологий
Института биомедицинских исследований РАН –
филиала Федерального государственного бюджетного
учреждения науки **Федеральный научный
центр "Владикавказский научный центр Российской академии наук"**,

Датиева Фатима Сергеевна
11.12.2023 г.

363110, Российская Федерация, РСО-Алания, Пригородный район, с.
Михайловское, ул. Вильямса, д. 1.

Официальный сайт: <https://vncran.ru>

Телефон: +79194255664

e-mail: faaroo@mail.ru

Даю согласие на автоматизированную обработку персональных данных

Подпись Ф.С. Датиевой

