

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

Работа Полугрудова А.С. посвящена взаимосвязи социальных ритмов, когнитивных функций и пищевого поведения человека. Изучение нарушения биоритмов и его влияния на здоровье человека является актуальной проблемой.

Полученные в работе Полугрудова А.С. результаты имеют научную новизну. Негативное влияние социального джетлага зафиксировано объективными методами, такими как датчик регистрации сна, с помощью которого было выявлено, что структура ночного сна у людей с нарушением биоритмов изменяется, а с помощью термометрии установлено снижение амплитуды суточного ритма температуры запястья. Чтобы уменьшить негативное влияние социального джетлага и восстановить качество сна, диссертант предлагает использовать мелатонин, получаемый с пищей, в качестве нового экспериментального подхода, позволяющего точнее выявлять особенности ритма-сна бодрствования при нарушениях циркадианного ритма. Также было установлено, что у людей с нарушением биоритмов происходит рассогласование висцеральных ощущений наполненности желудка и чувства сытости после приема пищи. Было зафиксировано потребление большого количества жиров, масел, мяса и алкоголя, которые связаны с социальным джетлагом. Таким образом, полученные результаты свидетельствуют о научной новизне исследования и имеют практическую значимость. Представляется важным своевременное выявление и коррекция нарушений ритма сна бодрствования у учащейся молодежи.

Результаты работы могут быть использованы для разработки новых подходов к коррекции социального джетлага с помощью увеличения в рационе питания мелатонина, а снижение амплитуды суточного ритма температуры запястья предлагается использовать как объективный маркер социального джетлага.

Достоверность результатов данного исследования подтверждается большой репрезентативной выборкой, адекватно подобранными методами исследования и статистической обработкой данных. Обоснованность полученных результатов работы и выводов подтверждается их обсуждением на всероссийских и международных конференциях.

Вопрос:

1. Выявлены ли статистически значимые отличия между отрицательными и положительными значениями социального джетлага в вашем исследовании?

Заключение

На основании автореферата диссертационной работы Полугрудова Артёма Сергеевича «Особенности ритма сна бодрствования и пищевого поведения у людей с социальным джетлагом» можно утверждать, что данная работа соответствует специальности 1.5.5. - Физиология человека и животных, биологические науки, представляет собой законченную научно-квалификационную работу, обладающую научной и практической значимостью.

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, профессор (специальность 14.00.51 Восстановительная медицина, спортивная медицина, курортология и физиотерапия)

Главный научный сотрудник отдела физиотерапии и рефлексотерапии, заведующий кафедрой восстановительной медицины, физической терапии и медицинской реабилитации ФГБУ «НМИЦ РК» Минздрава России

Кончугова Татьяна Венедиктовна
21.12.2023 г.

Подпись д.м.н., проф. Кончуговой Т.В. заверяю:
Ученый секретарь ФГБУ «НМИЦ РК» Минздрава России,
к.м.н.

Цайтлер Б.В.
21.12.2023

Место работы: Федеральное государственное бюджетное учреждение «Национальный медицинский исследовательский центр реабилитации и курортологии», Минздрава России (ФГБУ «НМИЦ РК» Минздрава России)
121099, г. Москва, ул. Новый Арбат, д.32
тел./факс 8 (499) 277-01-04 (1000)
e-mail: nmicrk@nmicrk.ru
сайт: <http://www.nmicrk.ru>

Даю согласие на автоматизированную обработку персональных данных