

ინსომნია და მასთან ასოცირებული ფაქტორები პოსტ COVID-19
პანდემიურ პერიოდში

ლალი ხოშტარია

*სამაგისტრო ნაშრომი წარმოდგენილია ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის
საბუნებისმეტყველო მეცნიერებებისა და მედიცინის ფაკულტეტზე, მეცნიერების
მაგისტრის ნეირომეცნიერებებში კვალიფიკაციის მინიჭების მოთხოვნების
შესაბამისად*

სიცოცხლის შემსწავლელი მეცნიერებები (მოლეკულური ბიომეცნიერებები,
ნეირომეცნიერებები)

სამეცნიერო ხელმძღვანელი : ასოც. პროფ. თამარ ბასიშვილი

თანახელმძღვანელი: პროფ. ნატო დარჩია

ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი

თბილისი, 2023

განაცხადი

როგორც წარმოდგენილი სამაგისტრო ნაშრომის ავტორი, ვაცხადებ, რომ ნაშრომი წარმოადგენს ჩემს ორიგინალურ ნამუშევარს და არ შეიცავს სხვა ავტორების მიერ აქამდე გამოქვეყნებულ, გამოსაქვეყნებლად მიღებულ ან დასაცავად წარდგენილ მასალებს, რომლებიც ნაშრომში არ არის მოხსენებული ან ციტირებული სათანადო წესების შესაბამისად.

ლალი ხომტარია

თარიღი 17.06.2023

აბსტრაქტი

COVID-19 პანდემიამ მნიშვნელოვნად იმოქმედა თითქმის ყველა სფეროზე მსოფლიოს მასშტაბით. გარდა პირდაპირი ფიზიკური შედეგებისა, პანდემიას გავლენა ჰქონდა ფსიქიკურ ჯანმრთელობასა და კეთილდღეობაზე, რომლის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი კომპონენტია ძილი. კვლევა მიზნად ისახავდა განესაზღვრა საქართველოს მოსახლეობაში ინსომნიის პრევალენტობა და მასთან ასოცირებული ფაქტორები COVID-19 პანდემიის შემდგომ პერიოდში. მონაცემები შეგროვდა ონლაინ გამოკითხვის საშუალებით (n=507). ინსომნიის სავარაუდო კლინიკური შემთხვევების გავრცელების მაჩვენებელი იყო 15.5%, კლინიკურად მნიშვნელოვანი სომატური ერაუზალი აღენიშნებოდა 42.5%-ს, ხოლო კოგნიტური 48.5%-ს. გამოკითხულთა 62.1% მინიმუმ ერთი პოსტ-კოვიდური სიმპტომი მაინც ჰქონდა. ყველაზე ხშირი სიმპტომები იყო დაღლილობა ან დაქანცულობა და მეხსიერების გაუარესება. პოსტ-კოვიდური სიმპტომები უფრო ხშირად გამოვლენილია ინსომნიის მქონე პაციენტებში. ინსომნიისა და მენტალურ პრობლემებთან, აგრესიასთან, ძილის წინა ერაუზალთან, სტრესთან, ცხოვრების ხარისხსა და ზოგად ჯანმრთელობასთან მაღალი სარწმუნო კორელაციაა. კვლევა ადასტურებს რომ პოსტ-პანდემიურ პერიოდში მაღალია კლინიკურად მნიშვნელოვანი ინსომნიის პრევალენტობა, თუმცა შემცირებულია პანდემიის პერიოდთან შედარებით; ასევე, მაღალია კლინიკურად მნიშვნელოვანი სომატური და კოგნიტური ერაუზალის მქონე ინდივიდთა პრევალენტობა, მაგრამ ნაკლებია პანდემიის პერიოდთან შედარებით. ჩანს, რომ პანდემიამ დიდი გავლენა მოახდინა ძილის ჯანმრთელობაზე, რისი კვალი ჯერ კიდევ აშკარაა.

საკვანძო სიტყვები: ინსომნია, COVID-19 პანდემია, მენტალური პრობლემები, სომატური ძილის წინა ერაუზალი, კოგნიტური ძილის წინა ერაუზალი.

Abstract

The COVID-19 pandemic has significantly affected almost every area around the world, in addition to the direct physical consequences, the pandemic has had an impact on mental health and well-being, one important component of which is sleep. The study aimed to determine the prevalence of insomnia in the population of Georgia and its associated factors in the period after the COVID-19 pandemic. Data were collected through an online survey (n=507). The prevalence rate of probable clinical cases of insomnia was 15.5%, clinically significant somatic arousal was present in 42.5%, and cognitive arousal was present in 48.5%. 62.1% of respondents had at least one post-COVID-19 symptom. Fatigue or exhaustion and memory impairment being the most common symptoms. Post-COVID-19 symptoms were more common in patients with insomnia. There are high reliability correlations with insomnia and mental problems, aggression, bedtime arousal, stress, quality of life and general health. The study confirms that in the post-pandemic period, the prevalence of clinically significant insomnia is high, although it is reduced compared to the pandemic period, and the prevalence of individuals with clinically significant somatic and cognitive impairment is also high, but less compared to the pandemic period. It can be said that the COVID-19 pandemic had a great impact on sleep health and the consequences of which are still evident.

Key words: Insomnia, COVID-19 pandemic, Mental disorders; Somatic Pre-Sleep Arousal, Cognitive Pre-Sleep Arousal