სუბსტანციების მოხმარების კავშირი ძილსა და ქრონოტიპთან

ანა დავლაშერიძე

სამაგისტრო ნაშრომი წარდგენილია ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის საბუნებისმეტყველო მეცნიერებებისა და მედიცინის ფაკულტეტზე ნეირომეცნიერებების მაგისტრის აკადემიური ხარისხის მინიჭების მოთხოვნების შესაბამისად

სიცოცხლის შემსწავლელი მეცნიერებები: ნეირომეცნიერებები

სამეცნიერო ხელმძღვანელი: ასოც. პროფ. თამარ ბასიშვილი

თანახელმძღვანელი: პროფ. ნატო დარჩია

ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტი

თბილისი, 2026 წელი

განაცხადი

როგორც წარდგენილი 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 მოხსენიებული ან ციტირებული სათანადო წესების შესაბამისად.

ანა დავლაშერიძე

ა.დავლაშერიძე

29 ივნისი, 2026 წელი.

აბსტრაქტი

ძილის დარღვევებისა და სუბსტანციების მოხმარების კვლევა ნეირომეცნიერებაში კვლევებში ერთ-ერთ აქტუალურ საკითხად რჩება. მნიშვნელოვან თემად იკვეთება ასევე, ნევროლოგიური დარღვევების (მოუსვენარი ფეხების სინდრომი, ძილის აპნოე), გუნება-განწყობის დარღვევებისა (დეპრესია) და სუბსტანციების ავად მოხმარებასთან ურთიერთკავშირის დასადგენად ჩატარებული კვლევები. დღეისათვის სამეცნიერო ლიტერატურაში არსებობს მთელი რიგი მონაცემები აღნიშნულ თემებთან დაკავშირებით, თუმცა მთავარ სირთულეს წარმოადგენს, სამეცნიერო ლიტერატურაში გამოკვეთილი არაერთგვაროვანი შედეგები.

ჩვენი ნაშრომი მიზნად ისახავდა, ქართულ პოპულაციაში სუბსტანციების ავად მოხმარების ძილის დარღვევებთან, ნევროლოგიურ და გუნება-განწყობის დარღვევებთან კავშირის შესწავლას ინდივიდუალური ქრონოტიპის ფაქტორის გათვალისწინებით.

სამაგისტრო კვლევის ფარგლებში მოხდა 176 მონაწილის რეკრუტირება. კვლევის ფარგლებში, მონაწილეებმა შეავსეს PSQI, MEQ, ESS, ISI, BQ, RLS, CES-D კითხვარები. ასევე შეფასდა მიჩვევის პოტენციის მქონე სუბსტანციების თამბაქოსა და ალკოჰოლის მოხმარება შეფასდა. მონაცემთა ანალიზისთვის გამოყენებულ იქნა, SPSS V21, ჯგუფებს შორის შედარებისთვის-დამოუკიდებელ შერჩევათა t-ტესტი, χ^2-ის კრიტერიუმი, ხოლო პრედიქტორების გამოსაკვეთად-ბინარული ლოგისტიკური რეგრესია.

მონაცემთა ანალიზის ფარგლებში გამოიკვეთა სქესობრივი დიმორფიზმი, რის მიხედვითაც მამაკაცები უფრო მეტად მოიხმარდნენ ალკოჰოლს, ვიდრე ქალები.

სარწმუნო კავშირი გამოიკვეთა ალკოჰოლის ხშირ მოხმარებასა და ძილის ცუდ ხარისხს შორის. სტატისტიკური სარწმუნოობა გამოვლინდა PSQI-ის მესამე და მეშვიდე კომპონენტებში, რომლებიც ძილის ხანგძლივობის და დღის განმავლობაში დისფუნქციის მაჩვენებლებს წარმოადგენს.

ალკოჰოლის და ძილის აპნოეს განვითარების რისკს შორის გამოიკვეთა სარწმუნო კავშირი, კერძოდ, ალკოჰოლის მომხმარებლებში ძილის აპნოეს განვითარების რისკი უფრო მაღალია, ვიდრე არამომხმარებლებში.

სტატისტიკურად სარწმუნო განსხვავება გამოვლინდა თამბაქოს მოხმარებასა და მოუსვენარი ფეხების სინდრომის მაჩვენებლებთან მიმართებაში. კერძოდ, არამწეველ ინდივიდებში მოუსვენარი ფეხების სინდრომის სტატისტიკურად სარწმუნოდ მაღალი მაჩვენებელი დაფიქსირდა, ვიდრე მწეველ ინდივიდებში.

მამაკაცებში ალკოჰოლის მოხმარების დამოუკიდებელ პრედიქტორად გამოვლინდა ინსომნიის სიმძიმე. ინსომნიის ინდექსის ზრდასთან ერთად უფრო მეტად იზრდებოდა ალკოჰოლის მოხმარების შანსი. ასევე, თამბაქოს მოხმარება ალკოჰოლის მოხმარების დამოუკიდებელ პრედიქტორად გამოვლინდა მხოლოდ მამაკაცებში.

ქრონოტიპებს შორის სარწმუნო კავშირი არ გამოვლენილა ($p>0.05$), თუმცა გამოიკვეთა სქესთა შორის განსხვავებები ქრონოტიპებთან მიმართებაში, მამაკაცები უფრო მეტად მიდრეკილები იყვნენ დილის ქრონოტიპისკენ, ხოლო ქალები კი შუალედური ქრონოტიპისკენ.

ჩვენმა კვლევამ ასევე აჩვენა, რომ ალკოჰოლის ხშირი მოხმარება ასოცირდება ძილის ხარისხის მაჩვენებლის გაუარესებასთან, ძილის აპნოეს განვითარების მომატებულ რისკთან და მამაკაცებში ინსომნიის სიმძიმესთან. ასევე, ალკოჰოლის მოხმარების შანსებს ზრდის თამბაქოს მოხმარება და ძილის ცუდი ხარისხი, მაშინ როცა თამბაქოს მოხმარებასა და მოუსვენარი ფეხების სინდრომს შორის კავშირი არ გამოვლენილა. მიღებული შედეგები ადასტურებს ალკოჰოლისა და თამბაქოს უარყოფით გავლენას ძილზე და ხაზს უსვამს პრევენციული ღონისძიებების მნიშვნელობას.

ძირითადი საძიებო სიტყვები: ალკოჰოლი, თამბაქო, ქრონოტიპი, ძილის ხარისხი, მოუსვენარი ფეხების სინდრომი, ობსტრუქციული ძილის აპნოე, დეპრესია, ინსომნია.

მადლობა

დიდ მადლობას ვუხდი სამაგისტრო ნაშრომის ხელმძღვანელს, ქალბატონ თამარ ბასიშვილს და თანახელმძღვანელს, ქალბატონ ნატო დარჩიას ნაშრომის შექმნისას გაწეული დახმარებისათვის. მადლობას ვუხდი ილიას სახელმწიფო უნივერსიტეტის ძილის ლაბორატორიის ყველა თანამშრომელს. განსაკუთრებულ მადლობას ვუხდი კვლევის ყველა მონაწილეს გამოჩენილი ნდობისა და ინტერესისთვის.