



Wiew
Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
RADA DYSCYPLINY NAUKI MEDYCZNE
M. Podhorska-Okolow
prof. dr hab. Marzenna Podhorska-Okolow

INSTYTUT PSYCHIATRII I NEUROLOGII

ul. Sobieskiego 9, 02-957 Warszawa

tel. 22 4582-510, fax 22 842-40-87

e-mail: wichniak@ipin.edu.pl

III Klinika Psychiatryczna

Kierownik Kliniki: Prof. dr hab. Adam Wichniak

Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu
BIURO RADY DYSCYPLINY
NAUKI MEDYCZNE

wpi.
dnia 17-08-2023

L. dz. RN-BM/ 1440

Warszawa, 2023-08-05

Recenzja rozprawy doktorskiej lek. Mateusza Babickiego pt. „Ocena zaburzeń rytmów okołodobowych wśród studentów w wybranych krajach świata, określenie wzorca stosowania substancji psychoaktywnych i jego wpływu na jakość snu.” wykonanej w Katedrze i Zakładzie Medycyny Rodzinnej Uniwersytetu Medycznego im. Piastów Śląskich we Wrocławiu.

Przedstawiona do recenzji rozprawa doktorska została przygotowana w formie spójnego tematycznie cyklu czterech artykułów. Wszystkie z nich zostały opublikowane w czasopiśmie naukowych znajdujących się w wykazie czasopism punktowanych Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego. Łączny współczynnik oddziaływania (IF) całego cyklu prac jest wysoki i wynosi 16,199 pkt oraz 520 punktów MNiSW.

Zawarte w rozprawie doktorskiej prace są poświęcone ocenie rozpowszechnienia zaburzeń snu oraz jakości życia wśród studentów w wybranych krajach świata, ocenie częstości stosowania substancji psychoaktywnych przez studentów oraz zależności pomiędzy ich przyjmowaniem, a jakością snu i jakością życia. Oceniono również wpływ pandemii COVID-19 na wzorce snu, jakość życia oraz przyjmowanie substancji psychoaktywnych przez studentów z analizą porównawczą pomiędzy krajami o różnym stopniu rozwoju i zamożności.

Zaburzenia snu są obecnie jednymi z najczęstszych problemów zdrowotnych w krajach rozwiniętych. Ich występowanie obserwuje się u osób w coraz młodszym wieku, co jest głównie związane ze zmianami stylu życia szczególnie w krajach rozwiniętych. Zmiany te polegające m.in. na ograniczeniu aktywności fizycznej i czasu spędzanego w ciągu dnia na zewnątrz w naturalnym świetle dziennym, nieregularnych porach snu ze znacznymi przesunięciami godziny wstawania rano w dni robocze i wolne, szczególnie u osób młodych, oraz długich okresach spędzanych przed ekranami komputerów, tabletów i telefonów, dodatkowo nasiliły się podczas pandemii COVID-19, która w okresie lockdownu istotnie

zmieniła styl życia całych społeczeństw oraz zwiększyła spożycie alkoholu i innych substancji psychoaktywnych.

Z tych powodów wybrany temat rozprawy doktorskiej oceniam jako ciekawy i oryginalny. Badania w tym obszarze nie były dotychczas na taką skalę prowadzone w Polsce. Doktorant wykorzystując autorski kwestionariusz, dystrybuowany drogą internetową poprzez portal społecznościowych Facebook.com, zbadał grupy studentów liczące od 5 342 do 20 432 osób.

Poza pełnymi tekstami czterech opublikowanych prac rozprawa doktorska zawiera wykaz publikacji stanowiących rozprawę doktorską, wykaz stosowanych skrótów, streszczenia w j. polskim i angielskim, omówienie w j. polskim składające się z wstępu, przedstawienia założeń i celów pracy, opisu materiału i metod, wyników i wniosków z badań. Praca doktorska zawiera również zgodę komisji bioetycznej na realizację projektu, link w formie kodu QR do kwestionariuszy w j. polskim i j. angielskim wykorzystanych w badaniu, oświadczenia współautorów. Wskazują one, że Doktorant miał istotny wkład w opublikowanie wszystkich czterech prac na każdym z etapów ich powstawania. Rozprawa zawiera także notę biograficzną oraz wykaz dotychczasowych osiągnięć autora obejmujących autorstwo lub współautorstwo 44 publikacji naukowych i 5 doniesień zjazdowych.

W pierwszym z opublikowanych artykułów zatytułowanym „Assessment of sleep disorders and use of psychoactive drugs among Polish students” oceniono częstość występowania zaburzeń snu, jakość życia oraz wzorzec używania substancji psychoaktywnych wśród 5 342 studentów polskich uczelni. W Ateńskiej skali bezsenności wynik wskazujący na występowanie bezsenności uzyskano u 51% zbadanych osób, w ocenie skalą senność Epworth nadmierną senność stwierdzono u 28% studentów. Ponad 90% studentów deklarowało picie alkoholu, leki uspokajające stosowało około 10% studentów. Przyjmowanie substancji psychoaktywnych deklarowało 2,8% studentów w przypadku substancji psychostymulujących i 14% studentów w przypadku substancji pochodzących z konopi indyjskich. Omówienie pracy w j. polskim zawiera stwierdzenie, że „stosowanie leków nasennych/uspokajających wiązało się ze zdecydowanie częstszą bezsennością”. Takie działanie leków nasennych i uspokajających byłoby bardzo zaskakujące. Istotnie częstsze przyjmowanie leków nasennych przez osoby zgłaszające objawy bezsenności jest natomiast oczekiwanym wynikiem. Jako zbyt mało precyzyjne oceniam zdanie ze streszczenia pracy w j. angielskim, zamieszczone również w bazie PubMed. Wskazuje ono, że używanie środków psychoaktywnych jest bardzo powszechne (94%) wśród polskich studentów obu płci, bez

zaznaczenia, że chodzi głównie o alkohol i dodatkowo pity tylko okazjonalnie. Trudno jednak nie zgodzić się z głównym wnioskiem z pracy, że częstość występowania objawów zaburzeń snu oraz używania substancji psychoaktywnych wśród polskich studentów wymaga podejmowania działań edukacyjnych i profilaktycznych.

Celem drugiego opublikowanego artykułu zatytułowanego „Assessment of Insomnia Symptoms, Quality of Life, Daytime Sleepiness, and Psychoactive Substance Use among Polish Students: A Cross-Sectional Online Survey for Years 2016-2021 before and during COVID-19 Pandemic” była ocena rozpowszechnienia zaburzeń snu wśród polskich studentów oraz ich jakości życia i używania substancji psychoaktywnych. Oceniono również związek między objawami zaburzeń snu, jakością życia i używaniem substancji psychoaktywnych. W badaniu wzięło udział 14 844 osób, w tym około 50% uczestników zbadano przed wybuchem pandemii COVID-19. Ponownie wynik w Ateńskiej skali bezsenności wskazujący na możliwość występowania bezsenności stwierdzono u ponad 50% uczestników, nadmierną senność stwierdzono u 26% studentów. W analizie regresji liniowej nie stwierdzono istotnego wpływu pandemii COVID-19 na występowanie objawów bezsenności, zaobserwowano natomiast wzrost w trakcie pandemii COVID-19 częstości stosowania leków nasennych z 11,7% do 14,5%. Są to zatem wyniki wewnętrznie sprzeczne i wymagają dodatkowego komentarza. Ponownie w omówieniu wyników w j. polskim Doktorant stwierdza, że przyjmowanie anksjolityków wiązało się z częstszym występowaniem bezsenność. Należy oczekiwać, że zależność ta ma jednak odwrotny kierunek.

W trzeciej pracy zatytułowanej „Use of Alcohol, Cannabinoids, Psychostimulants, and Sedatives before and during the COVID-19 Pandemic among Students in 40 European Countries” oceniono wpływ pandemii COVID-19 na używanie alkoholu, kanabinoidów, środków psychostymulujących (np. amfetaminy, metamfetaminy, ecstasy), leków nasennych i uspokajających (np. zolpidemu, zopiklonu, alprazolamu, lorazepamu itp.) wśród 17 594 studentów z 40 krajów europejskich. Picie alkoholu deklarowało około 90% studentów, kanabinody przyjmowało 14% osób, przy czym ponad 40% tylko raz w ostatnim kwartale, stosowanie psychostymulantów potwierdzało 3,6% osób, podobnie ponad 40% tylko raz w ostatnim kwartale. Leki nasenne przyjmowało co najmniej raz w tygodniu 12,5% studentów. A częstość ich stosowania wzrosła w trakcie pandemii COVID-19 z 11,5% do 13,6%. W kontekście tych danych, ale też wszystkich prac, nasuwa się pytanie u ilu ze zbadanych studentów spożycie alkoholu substancji psychoaktywnych nie były tylko okazjonalne, ale

spełniało kryteria szkodliwego stosowania, czyli istotnie zagrażającego rozwojem uzależniania lub powstaniem szkód zdrowotnych. Dlaczego w badaniach nie oceniano częstości palenia? W tej grupie wiekowej palenie tytoniu jest rzadsze niż picie alkoholu, ale jest za to najczęstszym uzależnieniem.

Czwarta z opublikowanych prac zatytułowana „Insomnia, Daytime Sleepiness, and Quality of Life among 20,139 College Students in 60 Countries around the World-A 2016-2021 Study” miała zasięg nie tylko międzynarodowy, ale też pozaeuropejski. W grupie 20 139 studentów z 60 krajów oceniono rozpowszechnienia objawów bezsenności i senności w ciągu dnia oraz jakość życia. Podobnie jak w poprzednich pracach objawy bezsenności występowały u ponad 50% zbadanych osób , a nadmierna senność u 27% studentów. Stwierdzono również, że studenci kierunków medycznych są mniej narażeni na rozwój bezsenności, lecz z drugiej strony częściej cierpią z powodu nadmiernej senności w ciągu dnia. Najbardziej prawdopodobnym wytłumaczeniem takiego wyniku jest niedobór snu, który rzeczywiście zarówno wśród studentów medycyny jak i u innych osób wykonujących zawody medyczne jest często obecny.

Omówienie pracy w j. polskim zawiera właściwe omówienie założeń, celów, metody, wyników wraz z ich dyskusją oraz wniosków z wykonanych badań. Uwagi do tej części to nieprecyzyjne określenie celu pracy. Oceniano w niej tylko wybrane zaburzenia snu – objawy bezsenności i nadmierną senność w ciągu dnia. Praca doktorska, wbrew temu jak jest zatytułowana, tylko w ograniczonym stopniu obejmuje badania nad zaburzeniami rytmu okołodobowego snu i czuwania i nie uwzględnia także innych częstych zaburzeń snu. Metodologia pracy obejmuje tylko i wyłącznie metody kwestionariuszowe, czyli oceniające głównie objawy. Stwierdzenie ich występowania i nasilenia powyżej przyjętego w skalach klinicznych punktu odcięcia nie jest tożsame ze stwierdzeniem występowania danego zaburzenia. W przypadku bezsenności istotne jest np. stwierdzenie negatywnego wpływu zgłaszanych trudności z zasypianiem lub utrzymaniem snu na funkcjonowanie i samopoczucie w ciągu dnia. Opis danych epidemiologicznych na temat rozpowszechnienia bezsenności przedstawiony przez Doktorant na stronie 11 wymaga krytycznej oceny, której brakuje. Należy wskazać jakie dane odnoszą się do występowania tylko nocnych objawów bezsenności - te rzeczywiście są wysokie na poziomie 30-50%, które dane dotyczą występowania objawów bezsenności zarówno w nocy jak w ciągu dnia tutaj rozpowszechnienie jest już na poziomie około 20-30%, a które dotyczą rozpowszechnienia

bezsenności jako zaburzenia psychicznego zgodnego z pełnymi kryteriami diagnostycznymi dla tego schorzenia, gdzie rozpowszechnienie wynosi około 6-10%. Zarówno we własnych pracach jak i w dyskusji wyników z wcześniejszych badań Doktorant zbyt mało odnosi się do interpretacji przedstawianych danych np. zdanie „W badaniach przeprowadzonych przed wybuchem pandemii COVID-19 rozpowszechnienie bezsenności w grupie studentów wynosiło od 7,7% do nawet 82,5%”, automatycznie powinno zmusić każdego naukowca do zastanowienia się skąd tak duże różnice w publikowanych danych. Zbyt mało uwagi w dyskusji w omówieniu w j. polskim poświęcone jest problemowi samoselekcji w badaniach z użyciem kwestionariuszy online. Odpowiadają na zaproszenie do udziału w nich częściej osoby, które w jakimś stopniu utożsamiają się z tematem badania. W ten sposób dochodzi do sztucznego zawyżenia rozpowszechnienia badanych zjawisk. Problemem jest również to, że badacz pozbawiony osobistego kontaktu z osobami badanymi nie spostrzega typowych w danych grupach pacjentów zależności. W wielu miejscach pracy doktorskiej zastanowiło mnie stwierdzenie, że „bezsenność i senność w ciągu dnia pozostają w ścisłej zależności”. Każda osoba lecząca osoby chore na bezsenności, wie, że choć zgłaszają one zmęczenie w ciągu dnia to stanowczo przeczą, aby zasypiały. W skali senności Epworth pacjenci z bezsennością uzyskują wyniki znacznie poniżej średnich wartości dla osób zdrowych. Obecność złej jakości snu i nadmiernej senności w ciągu dnia typowa jest za to dla osób ze złą higieną snu, nieregularnymi porami snu i niedoborem snu. Nie zawsze właściwe jest używanie przez Doktoranta terminu używki, który określa substancje niebędące lekiem, ale wywierające wpływ ośrodkowy układ nerwowy. W wielu miejscach pracy odnosi się on jednak do leków np. na stronie 24, dodatkowo jeden z leków jest podany tutaj jako nazwa handlowa, a nie międzynarodowa. W przypadku danych dotyczących stosowania substancji psychoaktywnych brakuje dyskusji u jakiego odsetka studentów częstości i ilości ich spożycia stanowi zagrożenie zdrowotne.

Wyniki pracy podsumowane są w 9 wnioskach, z których wniosek 9 nie jest bezpośrednio związany z wynikami pracy. Choć zaburzenia snu są częstym problemem zdrowotnym wśród studentów, raczej bym się nie zgodził z opinią, że są powszechnym problemem zdrowotnym w tej grupie wiekowej, przyjmując słownikowe znaczenie tego słowa, czyli „dotyczący wszystkich rzeczy, osób, spraw itp.”. Trudno jest mi się także zgodzić w wnioskiem, że pandemia COVID-19 wpłynęła na wzorec stosowania leków i substancji psychoaktywnych. Nadal najczęściej spożywaną substancją psychoaktywną jest alkohol, jego picie deklaruje niezmiennie około 80-90% studentów, a obserwowany spadek jego spożycia bardziej może wynikać z lockdownu niż ze zmiany preferencji spożycia substancji psychoaktywnych w

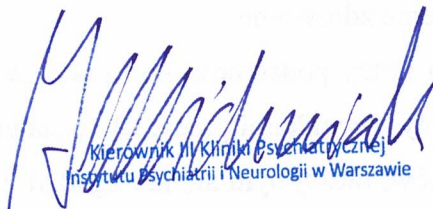
społeczeństwie. Liczne inne badania wskazują przy tym, że spożycie alkoholu w czasie pandemii COVID-19 wzrosło.

Mocne strony pracy to staranny i obszerny opis metod statystycznych, a także zawarta w pracy czwartej staranna dyskusja ograniczeń wykonanych badań, której brakuje w omówieniu pracy w . j polskim. Wskazuje ona nie tylko na problem samoselekcji, ale również brak możliwości weryfikacji zgłaszanych objawów w badaniu lekarskim oraz brak możliwości uwzględniania i wykluczenia chorób współwystępujących. Problemem jest też rozkład płci, kobiety chętniej wyrażają zgodę na udział w takich badaniach niż mężczyźni.

Podsumowując przedstawiona przez lek. Mateusza Babickiego rozprawa doktorska w formie spójnego tematycznie cyklu czterech artykułów dotyczy oryginalnych i trafnie wybranych problemów badawczych. Praca doktorska wskazuje, że Doktorant zdobył znaczną wiedzę w obszarze pracy doktorskiej, potrafi poprawnie formułować cele badawcze, poznał metodologię badań naukowych, właściwie przedstawia i interpretuje wyniki oraz wykorzystuje źródła literaturowe.

Na podstawie wykonanej oceny stwierdzam, że przedstawiona mi do recenzji rozprawa doktorska spełnia warunki określone w art. Art. 187 ust. 1-4 Ustawy z dnia 20 lipca 2018 Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (tj. Dz. U. 2018, poz. 1668). Na tej podstawie mam zaszczyt przedłożyć Radzie Dyscypliny Nauki Medyczne Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu wniosek o dopuszczenie lek. Mateusza Babickiego do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

W związku z opublikowaniem prac w czasopismach z wysoką punktacją MNiSW i z wysokimi współczynnikami oddziaływania oraz ze względu na zbadanie ponad 20-tysięcznej grupy studentów z 60 krajów składam również wniosek o wyróżnienie pracy.



Prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Adam Wichniak
Kierownik III Kliniki Psychiatrycznej
Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie