

Леонова А. В., Шпаленкова В. Е.

ХРОНОТИПЫ

Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Аветисов А. Р.

*Кафедра радиационной медицины и экологии
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

Актуальность. Подобного рода исследования в последнее время пользуются большим спросом в связи с увеличением интереса к генетике, наследственным факторам. Знания, полученные в данной сфере, позволяют корректировать, а также прогнозировать жизнь и здоровье человека. Немало внимания уделяется гигиене сна, режиму дня, труда и отдыха, а для лучшей организации данных мероприятий необходимо учитывать хронотип (биологические часы) человека. Особый интерес вызывает изучение взаимодействия между биологическим ритмом человека и его наследованием.

Цель: изучить влияние поколений на хронотип детей.

Материалы и методы. Для проведения исследования были использованы данные респондентов, опрошенных добровольно, при помощи онлайн-приложения «Google формы». Предварительная обработка результатов проводилась с помощью программы MS Excel, статистическая обработка данных проводилась с помощью программы Statsoft Statistica 12.

Результаты и их обсуждение. Участие в анкетировании приняло участие 218 респондентов. Опрос был направлен на установление хронотипа респондента, хронотипа матери, отца и бабушки респондента. Таким образом была собрана необходимая информация для последующей обработки и выявления достоверного влияния различных поколений на формирование биоритмов у потомства.

На основе собранных данных впоследствии было установлено наличие существенного и значимого ($p < 0.01$) положительного влияния хронотипа матери на хронотип ребенка для «жаворонков» и «голубей». Для «сов» статистическая значимость отсутствует, что, вероятнее всего, может быть связано с возрастными изменениями хронотипа в сторону «жаворонка» у взрослых лиц и работой (необходимость раньше просыпаться). Ещё более убеждает в этом предположении анализ связи с хронотипами бабушек.

Замечено, что в целом хронотип старших поколений может не влиять на хронотип младших. Так, нами было обнаружено, что во всех случаях отсутствует достоверная связь между хронотипом бабушек и внуков. Это может быть объяснено как предыдущей причиной о «возрастной бессоннице», так и другой, не менее важной составляющей – отсутствием градаций в нашем исследовании бабушек по материнской или отцовской линии. Для уточнения этого вопроса мы изучили влияние отцов на хронотип детей. Критерий Хи-квадрат показал отсутствие достоверного влияния хронотипа отца на какой-либо из хронотипов ребенка, т.е. отец никак не влияет формирование биоритмов ребенка.

Выводы. 1. Хронотип матери достоверно влияет на хронотип ребёнка;
2. Хронотип отца не влияет на хронотип ребёнка;
3. Хронотип бабушки без учёта отцовской или материнской линии не влияет на хронотип внуков.