

Streszczenie rozprawy doktorskiej

Tytuł: *Ocena poznawczych i behawioralnych czynników związanych z rytmem okołodobowym snu i ich znaczenia dla jakości życia u osób chorych na zaburzenia z kręgu schizofrenii*

Autor: Joanna Katarzyna Szmyd

Promotor: prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Adam Wichniak

III Klinika Psychiatryczna, Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie

Streszczenie w j. polskim:

Schizofrenia jest chorobą psychiczną, która negatywnie wpływa na funkcjonowanie pacjentów w wielu obszarach życia. Niezależnie od stopnia zaawansowania choroby pacjentom często towarzyszą zaburzenia snu dodatkowo obniżające jakość ich życia.

Celem pracy była ocena częstości występowania wybranych objawów zaburzeń snu wśród pacjentów chorujących na zaburzenia z kręgu schizofrenii będących w stabilnym stanie psychicznym. Ocena zależności pomiędzy dysfunkcyjnymi przekonaniami i zachowaniami dotyczącymi snu a objawami zaburzeń rytmu okołodobowego snu i czuwania, bezsenności i nadmiernej senności. Dodatkowym celem pracy była analiza związków występujących pomiędzy ocenianymi zaburzeniami snu a jakością życia pacjentów.

W badaniu wzięły udział 94 osoby: 47 pacjentów z diagnozą zaburzeń z kręgu schizofrenii w wieku $M = 43$ ($SD = 11,06$) oraz 47 osób zdrowych w wieku $M = 39,32$ ($SD = 11,07$). W ocenie uczestników badania zastosowano skale kliniczne i kwestionariusze oraz aktyografię do pomiaru rytmu aktywności i spoczynku.

Niską jakość snu stwierdzono u 59% pacjentów oraz u 25% osób z grupy kontrolnej. W grupie pacjentów odnotowano 44% osób z objawami bezsenności oraz 27% osób z objawami nadmiernej senności. Istotne różnice pomiędzy grupami występowały również w parametrach oceny snu oraz rytmu spoczynku i aktywności. Ponadto w grupie pacjentów zaobserwowano związek objawów zaburzeń snu z objawami psychopatologicznymi (zwłaszcza z objawami negatywnymi) oraz wysoki poziom dysfunkcyjnych przekonań i zachowań dotyczących snu wiążący się z niską jakością snu, objawami bezsenności i zmianami rytmu okołodobowego aktywności i spoczynku. Czynniki poznawcze (dysfunkcyjne przekonania wobec snu) były silniejszym predyktorem niskiej jakości snu niż objawy psychopatologiczne. Co więcej,

analiza moderowanej mediacji wykazała, że ich nasilenie potęgowało niekorzystny wpływ zaburzeń snu na jakość życia pacjentów w domenie somatycznej.

Uzyskane wyniki wskazują, że objawy zaburzeń snu są częstym problemem zdrowotnym u pacjentów chorujących na schizofrenię będących w stabilnym stanie psychicznym. Badanie to po raz pierwszy wskazuje, że występowanie zaburzeń snu w tej grupie pacjentów nie ma czysto biologicznego charakteru i jest związane z obecnością dysfunkcyjnych przekonań i zachowań dotyczących snu. Zatem uzupełnienie programów terapeutycznych o techniki poznawczo-behawioralne ukierunkowane na poprawę jakości snu i rytmu okołodobowego może przyczynić się do poprawy jakości życia pacjentów.

Słowa kluczowe: schizofrenia, zaburzenia snu, rytm okołodobowy snu i czuwania, jakość życia

Streszczenie w j. angielskim:

Schizophrenia is a severe mental disorder that impairs patients functioning in many areas of life. Regardless of the phase of the disease, it is often accompanied by chronic sleep disorders, which constitute an additional burden reducing patients' quality of life.

This study aimed to assess the frequency of selected symptoms of sleep disorders among stable patients with schizophrenia. The relationship between dysfunctional beliefs and behaviors regarding sleep and symptoms of circadian rhythm sleep-wake disorders, insomnia, and hypersomnia was assessed. An additional aim of the study was to analyze the relationships between the observed sleep disorders and the patient's quality of life.

94 participants took part in the study: 47 patients diagnosed with schizophrenia disorders, aged $M = 43$ ($SD = 11.06$) and 47 healthy people, aged $M = 39.32$ ($SD = 11.07$). A battery of clinical scales, questionnaires, and 7-day actigraphy were used to evaluate the participants.

Low sleep quality was found in 59% of patients and 25% of people in the control group. In the group of patients, 44% of them had symptoms of insomnia and 27% had symptoms of excessive sleepiness. There were significant differences between groups in the parameters of sleep and the rest-activity rhythm. Moreover, in the group of patients, a relationship between the symptoms of sleep disorders and psychopathological symptoms (especially negative ones) was observed, as well as high levels of dysfunctional beliefs and behaviors toward sleep associated with reduced sleep quality, insomnia symptoms, and changes in the circadian

rhythm of activity and rest. Cognitive factors (dysfunctional beliefs about sleep) were a stronger predictor of low sleep quality than the psychopathological symptoms. Moreover, moderated mediation analysis showed that their severity intensified the adverse impact of sleep disorders on the patients' quality of life in the somatic domain.

The obtained results indicate that symptoms of sleep disorders are a common health problem in patients with schizophrenia who are in a stable mental state. This study indicates for the first time that the occurrence of sleep disorders, in this group of patients, is not purely biological but it is also related to the presence of dysfunctional beliefs and behaviors toward sleep. Therefore, completing therapeutic programs with cognitive-behavioral interventions adjusting the quality of sleep and circadian rhythm of activity and rest may contribute to the improvement of patients' quality of life.

Keywords: schizophrenia, sleep disorders, circadian rhythm of sleep and wakefulness, quality of life