

<https://doi.org/10.15388/SMVK.2026>

Vilniaus universitetas
Medicinos fakultetas



STUDENTŲ MOKSLINĖS VEIKLOS TINKLO LXXVIII KONFERENCIJA



Vilnius, 2026 m. gegužės 8 d.

PRANEŠIMŲ TEZĖS

Leidinį sudarė VU MF
mokslo specialistė Urtė ŽAKARYTĖ



VILNIAUS
UNIVERSITETO
LEIDYKLA

2026

Mokslo komitetas:

dr. Mindaugas Kvietkauskas
doc. dr. Diana Bužinskienė
prof. dr. Lina Malinauskienė
prof. dr. (HP) Saulius Vosylius
prof. habil. dr. (HP) Gintautas Brimas
dr. Laura Lukavičiūtė-Navickienė
asist. dr. Agnė Abraitienė
gyd. rez. Domas Grigoravičius
doc. dr. Indrė Trečiokienė
prof. dr. Vaiva Hendrixson
dokt. Ignas Karnas
doc. dr. Ieva Stundienė
prof. dr. Eglė Preikšaitienė
lekt. gyd. Andrius Apšega
jaun. asist. dr. Andrius Žučenka
jaun. asist. Ieva Kubiliūtė
prof. dr. Pranas Šerpytis

lekt. Artūras Mackevičius
asist. dr. Žymantas Jagelavičius
doc. dr. Agnė Kirkliauskienė
dr. Audra Brazauskaitė
asist. dr. Diana Sukackienė
asist. dr. Žilvinas Chomanskis
prof. dr. Kristina Ryliškienė
asist. dr. Rokas Borusevičius
doc. dr. Saulius Galgauskas
doc. dr. Birutė Brasiūnienė
gyd. rez. Kristina Lialytė
gyd. rez. Viktorija Mickevičiūtė
asist. dr. Dalia Krivaitienė
doc. dr. Jaunius Kurtinaitis
prof. dr. Eugenijus Lesinskas
doc. dr. Goda Vaitkevičienė
prof. dr. Alvydas Navickas

prof. dr. (HP) Edvardas Danila
prof. dr. Nomeda Rima Valevičienė
asist. dr. Tomas Aukštikalnis
lekt. Mykolas Udrys
doc. dr. Danutė Povilėnaitė
prof. dr. Robertas Stasys Samalavičius
dr. Agnė Jakavonytė-Akstinienė
vyr. lekt. dr. Andrius Bleizgys
gyd. rez. Dominykas Budrys
doc. dr. Jurgita Stasiūnienė
dokt. gyd. rez. Ugnė Mickevičiūtė
prof. dr. Gilvydas Verkauskas
prof. dr. Sigita Lesinskienė
asist. dr. Jelena Stanislavovienė
prof. dr. (HP) Janina Tutkuvienė

Organizacinis komitetas:

Austėja Zubauskaitė
Giedrė Zdanavičiūtė
Arshia Tabassum Abdul Rahman
Ieva Jankūnaitė
Gabija Balčiūnaitė
Gabrielė Gudelytė
Marija Šarnauskaitė
Antanas Simonas Garuolis
Gabrielė Jurytė
Kornelija Klinkaitė
Nursat Gazizov
Sofija Šestak
Mindaugas Smetaninas
Deimantė Šerniūtė
Eva Kriaučiūnaitė
Edas Leščinskis
Agata Bruzgul
Erika Vaitkutė
Ugnė Mickutė

Gabija Mūraitė
Augustė Melaikaitė
Artemij Morozov
Raminta Kastecakaitė
Gustė Šuliauskaitė
Karolina Karneckaitė
Eglė Žulpaitė
Sylvia Rogoža
Gabrielė Jonauskaitė
Agnė Vasiulytė
Rūta Uksaitė
Roman Blinov
Marija Sarafinaitė
Eglė Valčiukaitė
Paulė Kergytė
Milda Černytė
Julija Grigaitytė
Dovydas Stankevičius
Greta Ramonaitė

Silvija Černiauskaitė
Danial Heidar
Edgaras Zaboras
Gediminas Gumbis
Joana Leščevskaja
Gabija Marčiulaitytė
Achila Kasandra Lunkė
Meda Petrylaitė
Ernestas Gulbickis
Radvilė Kadytė
Julija Šnipaitytė
Smiltė Vaišvilaitė
Evelina Dakševičiūtė
Alicija Šavareikaitė
Elinga Inčirauskaitė
Milda Eleonora Griciūtė
Robertas Basijokas
Elvin Francišek Bogdzevič

ISSN 2783-7831 (skaitmeninis PDF)

© Tezių autoriai, 2026

© Vilniaus universitetas, 2026

HIPNAGOGINIŲ PATIRČIŲ DAŽNIS LIETUVOS JAUNŲ SUAGUSIŲJŲ POPULIACIJOJE PAGAL CHRONOTIPĄ

Autorė. Anelė PAULIUKEVIČIŪTĖ, II kursas.

Vadovė. Prof. dr. Rūta MAMENIŠKIENĖ, VU MF Klinikinės medicinos institutas, Neurologijos ir neurochirurgijos klinika.

Tikslas. Įvertinti hipnagoginių patirčių ir chronotipo sąsajas tarp jaunų suaugusiųjų Lietuvoje.

Metodai. Atliktas kiekybinis skerspjūvio tyrimas, kuriame dalyvavo 300 18–29 metų amžiaus respondentų. Duomenys rinkti anonimine internetine apklausa. Chronotipas nustatytas pagal Horne-Östberg klausimyną (MEQ), taikant dvigubo vertimo metodą. Vertintos hipnagoginės patirtys per pastarąsias 4 savaites (jų tipas ir pasireiškimo dažnis), miego kokybės rodikliai (miego trukmė, nuovargis prieš miegą, naktiniai prabudimai), subjektyviai vertintas streso lygis (dešimtbalėje skalėje) bei psichoaktyvių medžiagų ir vaistų vartojimas (pagal vartojimo dažnį).

Rezultatai. Tarpinis chronotipas dominavo (59%), vakarinis sudarė 25,6%, rytinis – 15,34%. Hipnagoginius reiškinius patyrė 94% respondentų; dažniausi pasireiškė kritimo jausmas (86%), vizualiniai (52,3%) ir fiziniai (42%) reiškiniai. Bendras paplitimas tarp chronotipų buvo panašus, tačiau vakarinio tipo asmenims dažniau pasireiškė įvairesni ir sudėtingesni reiškiniai, taip pat ir miego paralyžius. Hipnagoginės patirtys dažniau nustatytos tarp asmenų, patiriančių miego trūkumą, didesnį nuovargį ir stresą: 48,58% jų miegodavo <7 val. bent 4 kartus per savaitę, palyginti su 22,23% iš hipnagoginių reiškinių nepatiriančios grupės, tuo tarpu 35,82% – 2-3 kartus per savaitę, o nepatiriančiųjų grupėje – 50%; stiprų nuovargį prieš miegą ≥2 kartus per savaitę nurodė 57,44%, palyginti su 44,45%, o aukštą (≥7 balų) streso lygį – 34,4%, palyginti su 16,67%.

Išvados. Tiesioginio ryšio tarp chronotipo ir hipnagoginių patirčių paplitimo nenustatyta. Vis dėlto rezultatai rodo galimą netiesioginį ryšį, įvertinus miego trūkumą, cirkadinę desinchronizaciją, stresą ir miego architektūros nestabilumą. Ši sąsaja literatūroje išlieka menkai ištirta.

Raktažodžiai: Chronotipas; cirkadinis ritmas; hipnagoginės patirtys; miego kokybė; miego trūkumas; stresas.