

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 Vosylis
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 Klinskaitė
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

MEDICINOS STUDENTŲ CHRONOTIPŲ IR MIEGO ĮPROČIŲ SĄSAJA SU AKADEMINIAIS PASIEKIMAIS

Autorė. Elinga INČIRAUSKAITĖ, IV kursas.

Vadovas. Lekt. Rokas ŠAMBARAS, VU MF Klinikinės medicinos institutas, Psichiatrijos klinika.

Tikslas. Įvertinti medicinos studentų chronotipų ir miego įpročių ryšius su akademine pasiekimais.

Metodai. 2026 metų vasario mėnesį vykdyta anoniminė internetinė apklausa ir apklausti 117 medicinos programos I-VI kurso studentai. Anketoje pateikti klausimai apie studentų mokymosi įpročius, pasiekimus, miego įpročius ir kokybę. Taip pat vertinti chronotipai, kurie rodo individualų žmogaus polinkį būti aktyviam ir produktyviam tam tikru paros metu (ryte ar vakare), chronotipams atskirti sudaryta skalė ($\alpha=0.93$; 95% PI:0.91–0.95). Chronotipų klausimyno atsakymai paskirstyti į „vyturių“ (34-45 b.), „mišraus tipo“ (23-33 b.) ir „pelėdų“ (9-22 b.) grupes, kategorijos nustatytos adaptuojant originalios skalės (Morningness–eveningness questionnaire) ribas. Statistinė analizė atlikta naudojantis MS Excel ir R Commander programomis. Taikyta Spearman koreliacija, Kruskal-Wallis, Chi kvadrato ir tikslusis Fisher testai, skirtumas laikytas statistiškai reikšmingu, kai $p<0,05$.

Rezultatai. Tyrime dalyvavo daugiausia moterys (85,47%), tiriamųjų vidutinis amžius $21.68\pm 2,19$ metai. 76.07% ($n=89$) apklaustųjų sudarė VU ir 23.93% ($n=28$) LSMU studentų. Chronotipai pasiskirstė taip: „pelėdos“ – 52 (44.44%), „vyturiai“ – 32 (27.35%), „mišraus tipo“ – 33 (28.21%). Nustatyti statistiškai reikšmingi miego trukmės skirtumai tarp chronotipų grupių ($\chi^2=8.72$, $p=0.013$). Daugiau nei 7 val. miegojo 65.63% ($n=21$) „vyturių“, palyginti su 34.62% ($n=18$) „pelėdų“ ir 36.36% ($n=12$) „mišraus tipo“ studentų. Chronotipai reikšmingai skyrėsi miegojimo dienos metu atžvilgiu: „pelėdų“ grupėje 53.85% ($n=28$) nurodė miegantys dažniau nei kartą per savaitę, „vyturių“ – 25.00% ($n=8$), „mišraus tipo“ – 24.24% ($n=8$). Statististiškai reikšmingai skyrėsi ir mokslinių darbų rašymas tarp chronotipo grupių ($\chi^2=7.99$, $p=0.018$). „Vyturių“ grupėje mokslinius darbus rašė didesnė dalis studentų – 68.75% ($n=22$), o „pelėdų“ grupėje 42.31% ($n=22$) ir „mišraus tipo“ 36.4% ($n=12$). Nustatyti statistiškai reikšmingi chronotipų skirtumai įsimenant svarbią informaciją ($\chi^2=8.17$; $p=0.017$): „pelėdos“ dažniau nurodė sunkumus, „vyturiai“ – rečiau, o „mišraus tipo“ grupėje vyravo neutralūs atsakymai. Statistiškai reikšmingų skirtumų tarp pažymių vidurkių ir chronotipo bei miego įpročių nenustatyta ($p>0.05$).

Išvados. Nustatyta, kad chronotipas yra susijęs su miego trukme, „vyturiai“ dažniau miega >7 valandas, taip pat pasižymi geresniu gebėjimu įsiminti informaciją. „Pelėdos“ dažniau miega dienos metu ir rečiau linkę rašyti mokslinius darbus. Akademiniai pasiekimai su chronotipu ir miego įpročiais nebuvo statistiškai reikšmingai susiję.

Raktažodžiai. Chronotipas; miegas; medicinos studentai; akademiniai pasiekimai.