

«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по научной работе  
ФГБОУ ВО СамГМУ  
Минздрава России  
доктор медицинских наук,  
профессор

  
И.Л. Давыдкин

«01» апреля 2026г.

## ОТЗЫВ ВЕДУЩЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Самарский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации о научно-практической значимости диссертационной работы Путилина Льва Всеволодовича «Здоровьесбережение обучающихся путём гигиенического воспитания по вопросам оптимизации сна», представленной на соискание учёной степени кандидата медицинских наук по специальности 3.2.1. – Гигиена

**Актуальность темы выполненной диссертационной работы.** Современная среда обитания, особенно в больших городах, существенно отличается от условий, в которых протекали рост и развитие подрастающего поколения в прошлом столетии. Увеличение темпа жизни, рост транспортных потоков, информационная перегрузка вследствие широкого использования цифровых устройств предъявляют повышенные требования ко всем функциональным системам организма ребенка, в первую очередь, к центральной нервной системе. Изменение плотности жилой застройки с преобладанием многоэтажных домов при резком снижении дворовой территории и немногочисленными детскими площадками отрицательно влияют на возможность прогулок и игр на свежем воздухе на фоне изменения приоритетов проведения свободного времени учащимися средней школы. Все это приводит к снижению уровня привычной двигательной активности,

являющейся основной биологической потребностью растущего организма, и может предрасполагать к избыточной массе тела и ожирению, и может проявляться неблагоприятным многолетним трендом физического развития детей и подростков, требующим дальнейших исследований.

Сон является необходимой компонентой здоровья и нормального функционирования во время бодрствования. Гигиена сна представляет собой особую область гигиенического воспитания, особенно актуальную в современных условиях для участников образовательного процесса на всех его ступенях, в том числе в учреждениях высшего медицинского образования, в которых значительная часть обучающихся совмещает учебу с работой, однако его принципы и направления представляются недостаточно разработанными.

В связи с вышеизложенным, диссертационное исследование Путилина Льва Всеволодовича, посвященное разработке и научному обоснованию направлений гигиенического воспитания обучающихся по вопросам оптимизации сна, представляется своевременным и актуальным.

**Методы исследования, анализ материала.** Применённая методология и собственно методы исследования полностью отвечают поставленной цели и задачам исследования. В работе использовались гигиенический, клинический и социологический методы исследования. Статистическая обработка полученных данных проведена на современном методическом уровне.

**Связь работы с планом соответствующих отраслей науки.** Диссертационная работа Льва Всеволодовича Путилина выполнена в соответствии с планом научно-исследовательской работы Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Тульский государственный университет».

**Научная новизна исследования, выводов и рекомендаций, сформулированных в диссертации.** Представленные в работе результаты, выводы и рекомендации обладают несомненной научной новизной. Степень достоверности диссертационной работы Льва Всеволодовича Путилина обеспечивается выбором современных методов, соответствующих задачам

исследования, репрезентативностью выборки и полученными данными, которые подтверждены статистическими методами. Достоверность результатов исследования также подтверждается публикацией результатов диссертации в рецензируемых научных изданиях, получением свидетельства о государственной регистрации программы для ЭВМ и 6 свидетельств о государственной регистрации базы данных.

Результаты, полученные в диссертации, являются актуальными и получены автором лично. Научная новизна исследования определяется выявленным фактом продолжения в настоящее время в Тульской области процесса акселерации с дисгармоничными проявлениями у детей и подростков с разнонаправленными тенденциями в зависимости от пола, проявляющегося увеличением массы тела у мальчиков 17 лет и снижения – у девочек того же возраста при стабильной дефинитивной длине тела. Аналогичные данные, полученные у студентов-первокурсников, обосновывают актуальность гигиенического воспитания обучающихся, направленного на соблюдение принципов здорового питания и оптимальной двигательной активности студентами – юношами в целях предупреждения продолжения прироста массы тела при обучении в вузе.

Выявленные автором факты – увеличение выраженности черт вечернего хронотипа у обучающихся в многолетней динамике, а также широкой распространенности ощущения дефицита времени, снижающего качество жизни вследствие возможного психологического дискомфорта, не только обладают научной новизной, но и практической значимостью, детализирующей наиболее важные моменты гигиенического воспитания в отношении правильного использования времени бодрствования обучающимися в современных условиях.

Полученные новые данные о повышении риска нарушения качества сна как по данным самооценки, так и по данным Питтсбургского опросника качества сна у обучающихся вечернего хронотипа были широко представлены на конференциях различного уровня, проводившихся в 2020-2024 гг.

Обнаруженная взаимосвязь нарушения сна с выраженностью тревоги и депрессии не только у студентов, но и у школьников старших классов указывает на необходимость проведения разъяснительной работы с участием школьных психологов у данной категории обучающихся, а также актуальность фокусированного гигиенического воспитания студентов младших курсов по вопросам оптимизации сна на кураторских часах.

**Значимость результатов диссертации для медицинской науки и практики.** Результаты диссертационной работы Льва Всеволодовича Путилина имеют как теоретическую, так и практическую значимость.

В работе представлены результаты углубленного анализа архивных (1929-1983) и современных данных физического развития детей и подростков Тульской области в диапазоне от 7 до 17 лет, на основании которого определен сензитивный возраст проведения профилактической работы по сохранению оптимальной массы тела у подростков – 10-11 классы средней школы и 1 курс вуза.

Теоретическая значимость исследования заключается в выявлении положительной взаимосвязи умеренного утреннего хронотипа организации физиологических функций с самооценкой здоровья и качества сна у студентов разных курсов медицинского института, что позволяет использовать полученные данные для гигиенического воспитания и пропаганды рационального планирования времени бодрствования и более раннего отхода ко сну в учебные дни у студентов первого курса, а у студентов выпускного курса – для рационального построения режима дня после ночных дежурств.

Автором разработана и внедрена комплексная программа гигиенического воспитания обучающихся «Здоровье будущих врачей», направленная на воспитание гигиены сна и включающая также элементы информационной гигиены: отказ от использования мобильных устройств за 2 часа до сна и посещения Интернета в ночное время. Неблагоприятное влияние на здоровье и качество сна последствий нарушения этих поведенческих

моментов было убедительно доказано в данном диссертационном исследовании.

Программа для ПЭВМ «Валеоскан», используемая в процессе гигиенического воспитания студентов медицинского института ТулГУ, позволяет определить риски нарушения здоровья, включая риск избыточной массы тела. Алгоритм определения риска избыточной массы тела базируется не только на антропометрических данных и их соответствии региональным стандартам, но и учитывает комплекс других социально-психологических характеристик обследуемого, в т.ч. эмоциональное состояние и качество сна.

В результате практического внедрения результатов диссертационной работы и проведения гигиенического воспитания достоверно улучшилось качество бодрствования студентов, что может способствовать повышению академической успеваемости.

Основные положения диссертационного исследования, имеющие теоретическое и практическое значение, внедрены в практическую деятельность по обучению учащихся центра поддержки одарённых детей Тульской области «Созвездие», а также в учебный процесс МБОУ «ЦО - гимназия № 11 им. Александра и Олега Трояновских», г. Тула и кафедры «Пропедевтика внутренних болезней» с курсом медицинской реабилитации и спортивной медицины Медицинского института ТулГУ, что подтверждает их научную важность и общую значимость диссертационного исследования.

**Степень обоснованности и достоверности научных положений, выводов и рекомендаций.** Достоверность результатов работы базируется на большом объёме материалов и использовании комплекса современных методов исследования: гигиенических, клинических, социологических, математико-статистических. Дизайн исследования и методы, позволившие решить поставленные задачи, построены на концепциях действующих нормативных документов.

Рекомендации, предложенные в диссертации, обоснованы адекватностью избранных автором направлений исследования.

Выводы в диссертации научно обоснованы, убедительны, соответствуют задачам исследования и положениям, выносимым на защиту, логично следуют из полученных результатов, отражают новизну и актуальность работы. Результаты исследования прошли апробацию и обсуждены на 21 научно-практических конференциях, конгрессах и конкурсах, в том числе с международным участием.

Диссертация является самостоятельным научным трудом, написана и оформлена в классическом стиле, изложена на 142 страницах машинописного текста, включает введение, аналитический обзор литературы, материалы и методы исследования, 4 главы собственных исследований, заключение, выводы, практические рекомендации, список литературы, 13 приложений. Диссертационное исследование иллюстрировано 15 рисунками, содержит 20 таблиц. Список литературы содержит 163 отечественных и 72 зарубежных источника.

По результатам диссертационного исследования опубликовано 36 работ, из них 2 статьи в рецензированных научных журналах, рекомендованных ВАК РФ, в том числе 2 статьи уровня К2.

Автором самостоятельно проанализирована отечественная и зарубежная литература по теме работы, подготовлена рукопись диссертации. Диссертант собрал, обобщил, проанализировал и интерпретировал полученные данные, выделив ключевые моменты и сформулировав основные положения, выводы и практические рекомендации. Доля личного вклада в организацию и проведение диссертационного исследования, включая сбор и обработку первичных данных, их анализ, подготовку публикаций, составила 95 %.

**Рекомендации по использованию результатов и выводов диссертации.** Полученные результаты и выводы диссертационного исследования Путилина Л.В. имеют важное научно-практическое значение и могут быть рекомендованы для использования как на региональном уровне, так и в других медицинских ВУЗах.

**Соответствие автореферата основным положениям диссертации.** В автореферате отражено основное содержание диссертационного исследования.

**Замечания и вопросы по диссертационной работе.** В целом, работа заслуживает положительной оценки. Принципиальных замечаний по диссертационной работе Путилина Л.В. не имеется. Недостатков принципиального характера в содержании, основных положениях и выводах работы нет.

При общей положительной оценке в ходе знакомства с диссертационной работой возникли вопросы к диссертанту:

1. В работе делается вывод, что при «плохом» качестве сна индекс массы тела оценивается, как выше среднего. Какие факторы питания повлияли на указанную тенденцию в группе обследованных лиц?

2. Проживание в общежитии указано как один из распространенных медико-социальных факторов риска для качества сна у студентов-медиков. Какие направления программы гигиенического воспитания обучающихся предлагаются автором для влияния на данный медико-социальный фактор?

### **Заключение**

Диссертационная работа Путилина Льва Всеволодовича на тему «Здоровьесбережение обучающихся путём гигиенического воспитания по вопросам оптимизации сна», представленная к официальной защите на соискание учёной степени кандидата медицинских наук по специальности 3.2.1. – Гигиена, является самостоятельной, завершённой научно-квалификационной работой, в которой содержится новое решение актуальной научной задачи – обоснование приоритетных направлений гигиенического воспитания обучающихся по формированию принципов гигиены сна, имеющей существенное значение для гигиены, что соответствует критериям п. 9 «Положения о порядке присуждения учёных степеней», утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации № 842 от 24.09.2013 г.





федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Самарский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
(ФГБОУ ВО СамГМУ Минздрава России)

Чапаевская ул., д. 89,  
Самара, 443099  
тел.: (846) 374-10-01  
тел./факс: (846) 374-10-03

e-mail: info@samsmu.ru  
сайт: samsmu.ru  
ОГРН 1026301426348  
ИНН 6317002858

16.03.2026

№ 1230/40-23-1364

На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

В диссертационный совет по  
защите диссертаций на  
соискание учёной степени  
кандидата наук, на соискание  
ученой степени доктора наук  
21.2.005.06, созданный на базе  
ФГБОУ ВО ВолгГМУ  
Минздрава России

400066, Россия, г. Волгоград  
площадь Павших Борцов, д.1

Согласие выступить в качестве ведущей организации

В ответ на письмо диссертационного совета 21.2.005.06, созданного на базе ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России, от 12 марта 2026 г. № 391 д/с федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Самарский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации выражает согласие выступить в качестве ведущей организации по диссертации Путилина Льва Всеволодовича на тему «Здоровьесбережение обучающихся путём гигиенического воспитания по вопросам оптимизации сна», представленной на соискание учёной степени кандидата медицинских наук по специальности 3.2.1. Гигиена.

Отзыв будет направлен в диссертационный совет в установленном порядке.

Проректор по научной работе  
ФГБОУ ВО СамГМУ Минздрава России  
доктор медицинских наук, профессор



И.Л.Давыдкин

В диссертационный совет по защите диссертаций на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук 21.2.005.06, созданный на базе ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России

400066, Россия, г. Волгоград  
площадь Павших Борцов, д.1

### СВЕДЕНИЯ О ВЕДУЩЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ

о федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Самарский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, назначенном ведущей организацией по диссертации Путилина Льва Всеволодовича на тему «Здоровьесбережение обучающихся путём гигиенического воспитания по вопросам оптимизации сна» на соискание учёной степени кандидата медицинских наук по специальности 3.2.1. Гигиена.

Полное и сокращенное название ведущей организации	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Самарский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации (ФГБОУ ВО СамГМУ Минздрава России)
Фамилия, имя, отчество, ученая степень, ученое звание руководителя ведущей организации	Колсанов Александр Владимирович доктор медицинских наук, профессор РАН Ректор 3.1.9. Хирургия
Фамилия, имя, отчество, ученая степень, ученое звание проректора по научной работе ведущей организации	Давыдкин Игорь Леонидович доктор медицинских наук, профессор проректор по научной работе 3.1.20. Кардиология
Фамилия, имя, отчество, ученая степень, ученое звание сотрудника, составившего отзыв ведущей организации	Горбачев Дмитрий Олегович доктор медицинских наук, доцент заведующий кафедрой общей гигиены, директор международного института 3.2.1. Гигиена
Список основных публикаций работников ведущей организации по теме диссертации в рецензируемых научных изданиях за последние 5 лет (не более 15 публикаций)	1. Горбачев Д.О. Влияние контаминации пищевых продуктов афлатоксином В1 на здоровье //Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики. – 2025. – № 3. – С. 1-12. – DOI 10.24412/2312-2935-2025-3-1-12. 2. Горбачев Д.О. Особенности формирования алиментарно-обусловленных рисков здоровью у лиц, придерживающихся традиционного и вегетарианского типов питания //Профилактическая медицина. – 2024. – Т. 27, № 4. – С. 38-44. 3. Горбачев Д.О. Кластерный подход в изучении рисков здоровью населения, обусловленных

	<p>контаминацией пищевых продуктов тяжелыми металлами //Анализ риска здоровью. – 2024. – № 1. – С. 47-58.</p> <p>4. Горбачев Д.О. Современные представления о характере фактического питания работников аптечных учреждений //Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики. – 2024. – № 1. – С. 1-16.</p> <p>5. Трубецкая С.Р., Сазонова О.В., Гаврюшин М.Ю. Физическое развитие детей с различным уровнем физической активности //Российский педиатрический журнал. – 2024. – Т. 27, № S3. – С. 92.</p> <p>6. Трубецкая С.Р., Сазонова О.В., Гаврюшин М.Ю. [и др.]. Динамика показателей физического развития у детей старшего школьного возраста в Самарской области за десятилетний период //Российский вестник гигиены. – 2024. – № 2. – С. 44-49. – DOI 10.24075/rbh.2024.101.</p> <p>7. Сазонова О.В., Гаврюшин М.Ю., Хамцова Р.В. [и др.]. Возрастно-половые и региональные особенности физического развития детей дошкольного возраста Самарской области //Вопросы детской диетологии. – 2024. – Т. 22, № 3. – С. 13-19. – DOI 10.20953/1727-5784-2024-3-13-19.</p> <p>8. Горбачев Д.О. Анализ фактического питания офисных работников //Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики. – 2024. – № 3. – С. 21-32. – DOI 10.24412/2312-2935-2024-3-21-32.</p> <p>9. Ермолаев А.В., Горбачев Д.О., Лямин А.В. Влияние фактического питания на формирование микробиоты у лиц организованного коллектива закрытого типа //Вопросы питания. – 2023. – Т. 92, № S5(549). – С. 58-59.</p> <p>10. Горбачев Д.О., Даньчина Я.А. Влияние характера пищевых предпочтений на риски формирования алиментарно-зависимых заболеваний //Вопросы питания. – 2023. – Т. 92, № S5(549). – С. 55-56.</p>
--	--

Адрес ведущей организации

Индекс	443099
Объект	ФГБОУ ВО СамГМУ Минздрава России
Город	Самара
Улица	Чапаевская
Дом	89
Телефон	+7 (846) 374-10-01
e-mail	info@samsmu.ru
Web-сайт	https://samsmu.ru/

Ведущая организация подтверждает, что соискатель Путилин Лев Всеволодович не является сотрудником федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Самарский государственный медицинский

университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации и не имеет научных работ по теме диссертации, подготовленных на базе федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Самарский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации или в соавторстве с ее сотрудниками.

В соответствии с п.4.10, 4.11 приказа Минобрнауки России от 09.01.2020 № 1 «Об определении состава информации о государственной научной аттестации для включения в ФИС ГНА ведущая организация дает согласие на обработку персональных данных, в том числе на совершение действий: сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление), обезличивание, блокирование, уничтожение, использование и размещение их на официальном сайте ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет» Минздрава России и в единой информационной системе «Интернет».

Согласие на обработку персональных данных подтверждаю.

« 16 » 03 2026 г.

Проректор по научной работе  
ФГБОУ ВО СамГМУ Минздрава России  
Доктор медицинских наук, профессор



И.Л.Давыдкин