

Olsztyn, dnia 10.05.2022 r.

Prof. dr hab. Krystyna A. Skibniewska, prof. zw.
Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie
prof. emeritus.

O C E N A

rozprawy doktorskiej mgr Krzysztofa Juchacza
pt. *Wpływ oddziaływań psychoterapeutycznych
na skuteczność leczenia otyłości*

Ocena została wykonana na zlecenie Kapituły Kolegium Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu przekazane pismem z dnia 28.03.2022 r. podpisanym przez Kanclerza Kolegium, prof. dr hab. Jarosława Walkowiaka (KKN/441/2022).

Otyłość stanowi poważny i narastający problem medyczny i społeczny nazywany globalną epidemią. Dotyka zarówno osoby dorosłe, jak i dzieci. Od 1975 r. ilość osób otyłych na świecie zwiększyła się trzykrotnie przekraczając w 2020 r. 2 biliony. Ze względu na wysokie współczynniki zachorowalności i śmiertelności otyłość uznawana jest za jedno z najpoważniejszych wyzwań zdrowia publicznego zarówno w krajach rozwiniętych, jak i rozwijających się. Z powodu pogorszenia jakości życia osób otyłych i ich stygmatyzacji w społeczeństwie, kwestia zachowania szczupłej sylwetki zajmuje znaczną część uwagi mediów. Oddzielnym zagadnieniem są zaburzenia odżywiania, z których jedne prowadzą do otyłości, inne do skrajnego niedożywienia i wychudzenia.

Wśród zalecanych w otyłości terapii pierwsze miejsce zajmują te z zaleceniami zmiany stylu życia, wprowadzania specjalnych diet, zwiększenia aktywności fizycznej. Ogólnie dostępne są mniej lub bardziej naturalne specyfiki, których działanie ma zapewnić szczupłą sylwetkę. Poważnym zagadnieniem w odchudzaniu jest zapobieganie efektowi jo-jo. Są prace zajmujące się stanem psychicznym lub predyspozycjami do tej choroby ale niewiele jest prac dotyczących psychoterapii. W tym kontekście badania mgr Krzysztofa Juchacza są cennym źródłem naukowym pokazującym kierunek, w jakim powinny rozwijać się badania nad wypracowaniem skutecznej terapii w leczeniu otyłości.



Przedstawiona do oceny rozprawa doktorska mgr Krzysztofa Juchacza pt. *Wpływ oddziaływań psychoterapeutycznych na skuteczność leczenia otyłości* stanowi zwartą całość skonstruowaną według klasycznego układu obowiązującego dla większych rozpraw badawczych. Na 92 stronach przedstawiono następujące, wyraźnie wyodrębnione rozdziały (w nawiasie liczba stron): spis treści (2), wykaz skrótów (1), wstęp (2), teoretyczne podstawy pracy (19), hipotezy i cel pracy (1), materiał i metody badań (6), wyniki (20), dyskusja (11), wnioski (2), streszczenie polskie i angielskie (4), piśmiennictwo (9 str – 127 pozycji), spis tabel i rysunków (1), załączniki (12).

Za dobry pomysł uważam zamieszczenie na początku pracy wykazu skrótów stosowanych w tekście. Umożliwia to szybkie odszukanie znaczenia skrótu, zwłaszcza w sytuacji, gdy praca obejmuje więcej niż jeden obszar wiedzy i może interesować specjalistów z różnych dziedzin..

Wstęp w sposób zwięzły wprowadza czytelnika w problem interesujący Dyplomanta. Przede wszystkim, podkreśla złożoność zagadnienia i wielorakość czynników wpływających na powstawanie i przebieg choroby, jaką jest otyłość. Mgr Krzysztof Juchacz podkreśla, że opieka psychoterapeutyczna jest bardzo ważnym, choć z różnych powodów często zaniebywanym, elementem leczenia pacjentów z otyłością (pogląd ten znajduje potwierdzenie w pracach innych autorów). Ten stan rzeczy spowodował, że Dyplomant postanowił wykazać znaczenie opieki psychoterapeutycznej dla pomyślnego przebiegu leczenia tej choroby.

Rozdział II pt.: *Teoretyczne podstawy pracy* rozpoczyna podrozdział 2.1. *Otyłość – definicja i opis problemu*. Ponieważ zarówno ten, jak i następne podrozdziały nie zawierają definicji, stawiam **Pytanie 1**: jak jest definicja otyłości? Czy uznaje ją Pan za poprawną?

Podrozdział 2.1.1 *Otyłość – charakterystyka zjawiska* ponownie zwraca uwagę zarówno na zróżnicowanie czynników mających wpływ na wywołanie choroby, jak i na wielopłaszczyznowość jej skutków, zarówno zdrowotnych (czynnik ryzyka w chorobach układu krążenia, cukrzyca, chorobach nowotworowych, upośledzenie układu ruchu, niewydolność oddechowa), jak i w sferze szeroko rozumianej jakości życia. Otyłość jest często wynikiem zaburzeń odżywiania, które z pewnością są powiązane ze sferą psychiki człowieka. Dyplomant poprawnie położył duży nacisk na negatywne postrzeganie osób otyłych przez otoczenie, co prowadzi do pogłębiania stanów depresyjnych, izolowania się, niskiej samooceny.

W kolejnych podrozdziałach mgr Juchacz dokonuje analizy piśmiennictwa z zakresu zagrożenia zdrowia będącego skutkiem nadmiernej masy ciała. W podrozdziale 2.1.2. Dyplomant wyjaśnia dlaczego otyłość uznaje się za stan przewlekłego stanu zapalnego powstałego na skutek działania przewlekłego stresu. Następnie (podrozdział 2.1.3.) wyjaśnia mechanizm prowadzący do cukrzycy typu 2 u osób otyłych. Ponownie zwraca uwagę na rolę stresu w utrzymaniu wysokiego łaknienia u osób z nadwagą. Wreszcie podrozdział 2.1.4. omawia problem zaburzeń oddychania u osób otyłych. Nadmiar tkanki tłuszczowej uniemożliwia prawidłowe oddychanie prowadząc do niedotlenienia organizmu z różnorodnymi tego skutkami.

Podrozdział 2.1.5. **Leczenie otyłości** Dyplomant rozpoczyna od rozważań nad miejscem tej choroby w świadomości społeczeństwa i nad złożonością stosowanych terapii. Pomimo takiego stanu rzeczy, skuteczność leczenia nie jest zadawalająca a wyjście w postaci zabiegu bariatrycznego nie zawsze jest możliwe (i chyba nie powinno być pierwszoplanowym). Dyplomant przytacza opinie innych autorów, że zaniedbywana lub niewłaściwie prowadzona w leczeniu otyłości opieka psychologiczna skutkuje nieskutecznością terapii.

Po krótkim omówieniu czynników psychologicznych warunkujących stan emocjonalny osób otyłych (podrozdział 2.2.1.) mgr Krzysztof Juchacz charakteryzuje rodzaje zaburzeń odżywiania (podrozdział 2.2.2) podkreślając istotną rolę czynnika psychologicznego w powstawaniu i przebiegu tych chorób (anoreksja, bulimia, napady objadania się). Następnym kilka podrozdziałów (2.2.3.-2.3.7) dotyczy różnorodnych aspektów psychologicznych osób otyłych: emocje, lęk, poziom samooceny, unikanie kontaktów społecznych, depresja. Ta część przeglądu literatury wyczerpująco dokumentuje wielość destrukcyjnych efektów wpływu otyłości na psychikę pacjentów. **Pytanie 2:** Jaki udział w rozwoju otyłości, zwłaszcza u dzieci, jaki dokonał się w XX i XXI w., mają zmiany w sposobie żywienia. Czy większy udział ma w tym dieta czy zmiany stylu życia?

Znaczące miejsce w przeglądzie literatury dokonany przez mgr Krzysztofa Juchacza zajmuje podrozdział 2.2.8. **Psychoterapia w leczeniu otyłości**. Mgr Juchacz omawia stosowane formy pomocy psychologicznej w leczeniu otyłości. Powołując się na cytowane prace ukazuje zalety i wady stosowanych terapii. Niestety, cytując autorów Dyplomant używa czasu terażniejszego, często więc trudno się zorientować, kiedy dokonuje on przeglądu literatury a kiedy przedstawia własne poglądy.

Przeгляд literatury dokumentuje ugruntowaną wiedzę Krzysztofa Juchacza w zakresie problemu otyłości i jej leczenia i stanowi silne podstawy do postawienia **Hipotez i celów pracy** (rozdział III). Mają one ścisły związek z tytułem pracy i celem, jaki przyświecał

studentowi rozpoczynającemu pracę nad doktoratem (ostatni akapit *Wstępu*). W następnym, IV Rozdziale, szczegółowo scharakteryzowano grupy badane, opisano przebieg postępowania z badanymi osobami, zastosowane procedury służące ocenie postępu doświadczenia, w tym metody statystyczne prawidłowo dobrane do oceny wyników eksperymentu.

Mgr Krzysztof Juchacz zdecydował się przedstawić oddzielnie *Wyniki* w rozdziale V i *Dyskusję* wyników w rozdziale VI. Na rozdział V składają się opisane w tekście wyniki zebrane czytelnie w tabelach 1 – 12 lub przedstawione na rysunku, co ułatwia zapoznanie się z nimi. W opisach tabel i rysunku dyplomant starannie wymienia podstawowe dane zwracając uwagę na istotne wartości i/lub tendencje. Jeżeli Autor zdecyduje się na druk wyników w takiej postaci, trzeba będzie wyraźnie zaznaczyć, co jest średnią, co zakresem a co medianą. W rozdziale VI *Dyskusja* mgr Krzysztof Juchacz ponownie zwraca uwagę na konieczność współdziałania różnych specjalistów w pomyślnym leczeniu otyłości. Zdaniem Autora należy przejść z podejścia *wsparcie psychologiczne* do uznania psychoterapii za istotny składnik procesu leczenia. Zaletą tego rozdziału jest poszukiwanie w literaturze potwierdzenia uzyskanych wyników oraz wyjaśnienia ich przyczyn. W dyskusji uderza duże zaangażowanie mgr Juchacza w prawidłowe przeprowadzenie procesu terapii (co potwierdza zamieszczone na stronie z podziękowaniami również takie dla uczestników badań). Ważnym fragmentem dyskusji wyników badań jest ten dotyczący leczenia otyłości u dzieci i młodzieży. Jak słusznie zauważa Autor, „brak odpowiedniego wsparcia i strategii radzenia sobie ze stresem na tle społecznie nieakceptowanej sylwetki ciała może przełożyć się na poważne kłopoty ze zdrowiem psychicznym u adolescentów”.

Rozdział VII *Wnioski* Dyplomant rozpoczyna krótkim potwierdzeniem postawionych hipotez. Następnie prezentuje 4 wnioski sformułowane przejrzysto i wyczerpująco. Potwierdzają one konieczność uznania leczenia otyłości za proces wymagający udziału wielu specjalistów, w tym psychoterapeutów.

Spis piśmiennictwa zawiera 127 pozycji. Wykaz zawiera szereg błędów, (niepełne dane o autorach, wydawcy, numerach tomów i/lub stron itp., nawet brak tytułu), które z pewnością zostaną usunięte podczas przygotowywania prac do druku. Blisko połowa cytowanych prac ukazała się po 2010 r.; ok. 60% cytowanych to prace w języku angielskim, w tym w wiodących czasopismach naukowych *Obesity*, *Current Obesity Reports*, *Nutrients*, *Frontiers in Neuroscience*, *Frontiers in Psychology*, *Health Psychology*. Osiem prac, w tym jedna w ważnym czasopiśmie *Nutrients*, zostały opublikowane przez Dyplomanta lub z jego udziałem. Za ważne podkreślenia uważam zaangażowanie Mgr Krzysztofa Juchacza w promowanie zdrowia poprzez publikacje w czasopiśmie *Harmonia*.



Podsumowując należy stwierdzić, że praca mgr Krzysztofa Juchacza dotyczy aktualnego, bardzo ważnego problemu medycznego i społecznego jakim jest epidemia otyłości. W literaturze światowej można zaobserwować nasilenie zainteresowania udziałem psychoterapii w leczeniu tej choroby, choć prac dokumentujących ten proces jest niewiele. Praca została napisana poprawną polszczyzną i choć zawiera pewne powtórzenia, niektóre fragmenty uszeregowalabym inaczej, ale te usterki nie umniejszają wartości tej pracy. Ze względu na dotychczasowe trudności związane ze skutecznym leczeniem otyłości wyniki uzyskane w niniejszej pracy powinny zostać opublikowane zarówno po polsku, w ogólnie dostępnych czasopismach przeznaczonych dla lekarzy i terapeutów, jak i w wiodących czasopismach anglojęzycznych. Zdaję sobie sprawę na trudności w zrealizowaniu optymalnego procesu leczenia otyłości przy obecnym stanie służby zdrowia ale może ta praca stanie się zaczątkiem do zbudowania prawidłowego systemu.

Uważam, że recenzowana rozprawa doktorska w pełni odpowiada warunkom określonym w ustawie z dnia 14 marca 2003 r. o stopniach i tytule naukowym oraz o stopniach i tytule w zakresie sztuki (Dz. U. z 2017 r., poz. 1789). W związku z powyższym przedkładam Kapitulę Kolegium Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu wnioski o dopuszczenie mgr Krzysztofa Juchacza do dalszych etapów przewodu doktorskiego.

