TRẦM CẢM, Ý ĐỊNH TỰ SÁT VÀ LO ÂU Ở SINH VIÊN Y KHOA MIỀN TRUNG VIỆT NAM: TỶ LỆ VÀ CÁC YẾU TỐ LIÊN QUAN

TRẦN BÌNH THẮNG
TT Nghiên cứu Sức khỏe cộng đồng, Trường ĐH Y Dược Huế
VÕ VĂN THẮNG - *Trường Đại học Y Dược Huế*
MICHAEL P DUNNE - *Đại học Công nghệ Queensland, Úc*
TRẦN QUỲNH ANH - *Đại học Y Hà Nội*

TÓM TẮT

Mục tiêu: *Nhiều trường đại học trên thế giới có nhiệm vụ chăm sóc sinh viên kể cả những sinh viên có những khó khăn về tâm lý. Tại Việt Nam và các nước vùng Mekong khác, các dịch vụ tư vấn và chăm sóc sức khỏe tổng quát cho sinh viên còn rất ít. Nghiên cứu này nhằm cải thiện bằng chứng về dấu hiệu trầm cảm và ý tưởng tự sát để giới thiệu các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần cho sinh viên trường y.* ***Phương pháp nghiên cứu:*** *Nghiên cứu cắt ngang với 267 sinh viên bác sỹ đa khoa trường y năm thứ nhất, thứ ba và thứ năm, nghiên cứu tại trường Đại học Y Dược Huế. Các lớp được chọn ngẫu nhiên, tất cả sinh viên các lớp được lựa chọn thuận tiện tham gia nghiên cứu này. Bảng hỏi dấu tên, tự điền được dùng để khảo sát các yếu tố ảnh hưởng như là: gánh nặng học tập, các sự kiện gây stress đối với đời sống cá nhân sinh viên, những hành vi nguy cơ ảnh hưởng đến sức khỏe và lựa chọn nghề nghiệp. Các mô hình hồi quy đa biến được dùng để khảo sát mối quan hệ giữa các biến độc lập và trầm cảm và lo âu, kiểm soát các yếu tố nhiễu.* ***Kết quả:*** *một trong sáu sinh viên biểu hiện tối thiểu có một số triệu chứng trầm cảm và/hoặc lo âu. Trong năm vừa qua sinh viên có ý định, có kế hoạch và cố gắng tự tử chiếm 10,5%, 4,5% và trong thời gian gần đây là 5%. Các yếu tố liên quan đến triệu chứng trầm cảm bao gồm giới tính nữ, cha mẹ ly dị hoặc ly thân, nghề nghiệp của mẹ (nông dân), học trong thời gian dài, điểm học thấp, các sự kiện gây stress trong 12 tháng vừa qua và bị ép buộc lựa chọn nghề y (do những áp lực bên ngoài).* ***Kết luận:*** *Mặc dù đây là một chủ đề mới trong hầu hết các trường đại học ở Việt Nam, nghiên cứu này khẳng định lại những xu hướng mang tính quốc tế. Nhiều sinh viên chịu đựng gánh nặng tâm thần nghiêm trọng. 10% có ý định tự tử trong năm vừa qua, ½ có ý định tự tử đã lên kế hoạch. Các yếu tố liên quan với sức khỏe tâm thần kém bao gồm gánh nặng học tập và việc đăng ký vào ngành Y không phải là mong muốn của họ (thường là để đáp lại sự mong đợi của bố mẹ).*

Từ khóa: *Trầm cảm, lo âu, ý tưởng tự sát.*

SUMMARY

Objectives: *Universities worldwide have a duty to care for their students, including those who suffer psychological difficulties. Unfortunately in Vietnam and some other Mekong countries, there are few functioning counseling and general health services for university students. This study was undertaken to improve the evidence base for the introduction of mental health services for students in medical universities.* ***Methods:*** *A cross-sectional survey was conducted with 267 undergraduate medical students in the first, third and fifth years of their course in April 2013 at Hue University of Medicine and Pharmacy. Classes were randomly selected and all students attending classes on survey days participated. The anonymous, self-completed questionnaire explore a wide range of potential influential factors, such as study burden, stressful life events, health risk behaviors and career preferences. Multivariable regression models were used to examine associations between the independent variables and depression and anxiety, controlling for confounding factors.* ***Results:*** *Approximately one in every six students reports at least some symptoms of depression and/or anxiety. Past year suicidal thoughts, planning and attempts were reported by 10.5%, 4.5% and 1.5% respectively. Factors associated with depression symptoms included female gender, parental divorce/separation, occupation of mother (farmer), long study hours, low GPA, multiple stressful life events in the past 12 months, and studying medicine as an unwanted career choice (due to external pressure). Similar though fewer factors correlated with anxiety, including female gender, minority ethnicity, multiple stressful life event in the past 12 months, illness in the past 4 weeks, and occupation of mother (farmer).* ***Conclusions:*** *Although still a new topic in most universities in Vietnam, this study confirms trends observed worldwide. Many students carry with them a significant mental health burden. In this study for example, about 10% had thought about suicide in the past year, and half that number had made a plan. Factors significantly correlated with poor mental health included study burden and enrolment to study medicine that was somewhat against their own preference (usually to meet parental expectations). Further research relevant to mental health promotion should focus on the relationships between the student and family factors, academic burden and recent stressful life events.*

Keywords *(3-5): Depression, anxiety, suicidal behaviors.*

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sinh viên đại học là những người trẻ phải đối mặt với khó khăn về cảm xúc và hành vi của quá trình chuyển đổi từ vị thành niên đến tuổi trưởng thành, đặc biệt là thời gian ảnh hưởng của các áp lực đó. Trong số các sinh viên đại học, sinh viên Y khoa thường chịu nhiều áp lực học tập cao hơn so với các ngành khác bởi thời gian kéo dài 6 năm và chương trình đào tạo khá nặng. 3 nguyên nhân gây nên các áp lực lớn cho sinh viên Y khoa như các kỳ thi, lượng kiến thức lớn về các lĩnh vực dành cho bác sỹ đa khoa và rất ít có thời gian để xem kiến thức đã học. Những thành tố đó góp phần làm cho các sinh viên quá tải các kiến thức cần học và vấn đề thi cử. Từ những vấn đề đó dẫn đến làm cho các sinh viên cảm thấy hụt hẫng, thất vọng, những căng thẳng theo suốt họ trong 6 năm. Trong các nghiên cứu gần đây chỉ ra rằng tỷ lệ về các lo âu tâm lý (lo lắng tâm lý là một khái niệm rộng bao gồm lo âu, căng thẳng, trầm cảm và các vấn đề liên quan đến sức khỏe tâm thần ở sinh viên đại học ở các trường đại học và các viện trên thế giới trên thế giới dao động trong khoảng 21 đến 56% [13]. Ở nhiều nước, hơn một phần tư trẻ thanh thiếu niên đã từng có các triệu chứng trầm cảm và khoảng 15%-20% thỉnh thoảng hoặc thường xuyên có ý nghĩ về tự sát. Tỷ lệ riêng về trầm cảm sử dụng thang đo CESD (điểm cắt 16) trong 1 nghiên cứu tổng quan hệ thống dựa vào thang đo CESD của tác giả Ahmed K. Ibrahim và cộng sự cho thấy rằng tỷ lệ trầm cảm trong khoảng 35,2 – 38,4 [8] hay nghiên cứu tổng quan hệ thống khác trên sinh viên Y khoa Mỹ và Canada cho tỷ lệ 15 – 19% [7]. Các vấn đề về lo âu, trong nghiên cứu của Chandavarkar và cs chỉ ra rằng có tới 11,5% bị rối loạn lo âu trong quá trình học [5] và tác giả Smith và cs là 14.4% [11]. Tự tử được biết đến như là một trong 3 nguyên nhân dẫn đầu tử vong ở đối tượng vị thành niên và người trẻ tuổi. Đối với sinh viên Y khoa thì một vài nghiên cứu ở châu Á (Hàn Quốc, Trung Quốc và Hồng Kông) ở người trẻ tuổi cho thấy rằng tỷ lệ có ý định về tự tử trên 20%, trong một nghiên cứu của nhóm tác giả Blum R và cs thực hiện ở Việt Nam, Trung Quốc và Đài Loan thì tỷ lệ có ý định và cố gắng tự tử chung ở 3 quốc gia là 8,4% và 2,5% [4]. Trong khảo sát SAVY2 có độ tuổi từ 14-25 tỷ lệ có hành vi tự tử là 12,21% trong khảo sát SAVY 1 là 5,28% [9] hay một vài nghiên cứu gần đây khác ở các khu vực Hà Nội, Hải Dương, Tp HCM tỷ lệ đều dưới 10%. Những phân tích trên đều minh chứng cho thấy những gánh nặng của vấn đề sức khỏe tâm thần lên những người trẻ tuổi đặc biệt đối tượng sinh viên y khoa, nó có thể dẫn đến những hậu quả lâu dài, những ảnh hưởng về nghề nghiệp tương lai của họ. Các yếu tố qua tổng quan y văn cho thấy rằng các yếu tố như giờ học lý thuyết, lâm sàng..., các yếu tố cá nhân (giới, năm học), gia đình (nghề nghiệp, sự kỳ vọng của bố mẹ, hôn nhân bố mẹ) và các va chấn trong thời gian gần đây được ghi nhận như các yếu tố tiên đoán có liên quan gần đến các vấn đề sức khỏe tâm như trầm cảm, lo âu và tự tử. Tuy vậy, theo các y văn thì nghiên cứu trên sinh viên Y khoa còn rất ít và hạn chế ở Việt Nam, đặc biệt trên đối tượng sinh viên Y đa khoa. Các dịch vụ chăm sóc, tư vấn về vấn đề sức khỏe tâm trí ở sinh viên đại học còn là câu hỏi lớn cho chính sách và các dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm trí. Nghiên cứu này nhằm mục đích tìm ra các bằng chứng có tính khoa học nhằm cải thiện và xây dựng các dịch vụ chăm sóc sức khỏe cho sinh viên trường Y khoa ở Miền trung nói riêng và các sinh viên đại học, cao đẳng nói chung. **Nghiên cứu với mục tiêu** xác định tỷ lệ trầm cảm, lo âu và ý định tự tử ở sinh viên Y khoa và xác định các yếu tố tiên đoán liên quan đến trầm cảm và lo âu.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Thiết kế nghiên cứu: Đây là một nghiên cứu cắt ngang, theo đó, các đối tượng nghiên cứu được phỏng vấn tại một thời điểm.

2.2.Thời điểm nghiên cứu: từ tháng 3 đến tháng 4 năm 2013.

2.3. Địa bàn nghiên cứu: tại trường đại học Y Dược Huế, thành phố Huế, Miền trung Việt Nam. Công trình nghiên cứu được sự phê chuẩn của hội đồng Y đức trực thuộc trường Đại học Y Dược Huế. Tất cả các đối tượng tình nguyện tham gia vào chương trình nghiên cứu đều được giải thích mục tiêu và phương pháp nghiên cứu theo đúng quy định của Tổ chức Y tế thế giới và ký vào bản tự nguyện.

2.4. Đối tượng nghiên cứu: Đối tượng nghiên cứu được chọn ngẫu nhiên các khối lớp Y đa khoa năm 1, năm 3 và năm 5. Chúng tôi liên lạc các em được ngồi cách biệt 1 bàn và điền phiếu dưới sự hướng dẫn và giám sát của 3 cán bộ nghiên cứu và trợ lý nghiên cứu. Dựa vào y văn tỷ lệ trầm cảm thanh niên Việt Nam. Chúng tôi tính được đối tượng nghiên cứu là 267 người để ước lượng tỷ lệ với khoảng tin cậy 95%.

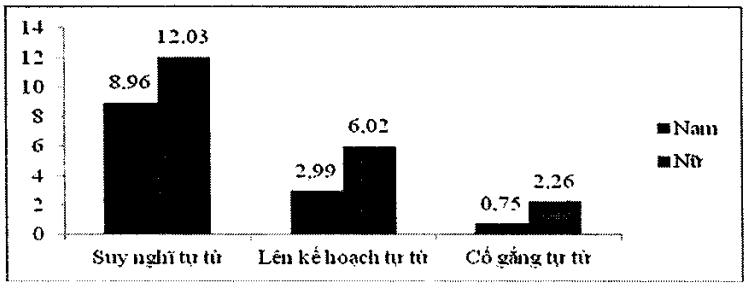
2.5. Phương pháp thu thập thông tin: Một bộ câu hỏi tự điền được thiết kế để thu thập các dữ liệu liên quan như thông tin chung: tuổi, giới, khối lớp, hộ khẩu trước khi nhập trường (thành thị/nông thôn), nghề nghiệp của cha/mẹ. Áp dụng **Thang đo của Trung tâm nghiên cứu dịch tễ học** (CES-D: The Center for Epidemiological Studies-Depression Scale) thuộc Trung tâm phòng ngừa và kiểm soát bệnh tật của Mỹ đã được kiểm định và sử dụng rất nhiều trong các điều tra cộng đồng với đối tượng vị thành niên ở nhiều quốc gia trên

thứ 5, các sinh viên có nhiều trải nghiệm tốt hơn để ứng phó với những căng thẳng trong học tập. Kế quả này tương tự với kết quả của Surbhi Sidana nghiên cứu trên sinh viên Y khoa Ấn Độ [12].

3.2 Tỷ lệ lo âu – tự tử

Lo âu: Theo nhóm tác giả Chandavarkar và Cs chỉ ra rằng có tới 11,5% bị rối loạn lo âu trong qu trình học [5] và tác giả Smith và cs là 14.4% [11]. Theo điểm cắt thang điểm lo âu ≥ 26 thì tỷ lệ lo â chung trong nghiên cứu này (18,73%) cao hơn. Tỷ lệ theo giới và khối lớp được mô tả bằng biểu đồ nh trầm cảm.

Ý tưởng tự tử:



Biểu đồ 2: Phân bố tỷ lệ sinh viên có ý định tự tử theo giới

Theo các nghiên cứu của một nhóm tác giả nghiên cứu trên đối tượng vị thành niên và thanh niên v tỷ lệ có ý định tự tử ở các nước Hàn Quốc, Trung Quốc, Đài Loan tỷ lệ đều trên 20% so sánh với nghiên cứu ở Việt nam được thực hiện ở Hà Nội, Tp. Hồ Chí Minh, Hải Dương tỷ lệ này chỉ dao độn dưới 10%. Kết quả nghiên cứu của chúng tôi cũng là một minh chứng rõ ràng khi hỏi sinh viên trong vòn 12 tháng qua và tỷ lệ trả lời có chiếm 10,49%. Khi hỏi về lập kế hoạch thì có tới 4,49% và 1,50% các sin viên đã từng cố gắng tự tử.

3.3. Các yếu tố liên quan

Bảng 1: Mô hình hồi quy tuyến tính đa biến rút gọn (Linear Multiple Regression)

Biến số	Giá trị biến	Trầm cảm		Lo âu	
		β	SE	β	SE
Giới	Nam			Ref	-
	Nữ	0,28*	0,10	0,12*	0,03
Hôn nhân bố mẹ	Sống cùng với nhau	Ref	-		
	Ly dị /Ly thân	0,57*	0,36		
	Góa	-0,13	0,21		
Nghề nghiệp mẹ	CB	Ref	-	Ref	-
	Tự làm chủ	-0,07	0,17	0,02	0,05
	Nông dân	0,27*	0,12	0,08*	0,03
	Thất nghiệp	0,48	0,42	0,08	0,11
	Nội trợ	-0,01	0,14	0,03	0,04
Giờ học lý thuyết ở lớp	Giờ học lý thuyết ở lớp	-0,01	0,01		
Điểm tổng kết năm học	<5,5	ref			
	5,5-6,4	-0,65	0,45		
	6,5-7,4	-0,86	0,48		
	7,5-8,4	-0,95*	0,48		
	8,5-8,9	-0,65*	0,52		
Những sự kiện căng thẳng trong cuộc sống		-0,11*	0,03	-0,02*	0,01
Thăm chơi	Tất cả	2,42	0,68		
	TT*(C)	2,33*	0,68		
	Một ít*(C)	2,49	0,67		
	Nơi công tác sau ra trường	0,60	0,26		
Bị đau đầu/đau lưng/đau bụng/ đau tay/đau chân.. gây cản trở công việc	Không bị đau gì			Ref	-
	Có đau một chút			0,08*	0,03
	Có đau vừa phải			0,11*	0,04
	Đau kha khá			0,13*	0,05
	Đau nghiêm trọng			0,17	0,14

*Ref: tham chiếu; *: p có ý nghĩa thống kê với mức ý nghĩa <0,05. β: hệ số hồi qui tuyến tính chu chuẩn hóa; SE: sai số chuẩn*

Trong phân tích hồi quy tuyến tính đơn biến chúng tôi liệt kê ra được 20 biến số có ý nghĩa thống kê: Trong mô hình hồi quy tuyến tính đa biến (rút gọn trên) chỉ ra các yếu tố liên quan đến trầm cảm: giới tính (nữ); hôn nhân bố mẹ (ly dị/ly thân); nghề nghiệp mẹ (nông dân); điểm tổng kết năm học; những sự kiện căng thẳng trong cuộc sống, thăm chơi (thỉnh thoảng).

Trong mô hình hồi quy tuyến tính đa biến chúng tôi cũng đưa vào 18 biến số có ý nghĩa trong mô hình đơn biến và kết quả rút ra từ mô hình trên các yếu tố liên quan đến lo âu: giới tinh (nữ); nghề nghiệp mẹ (nông dân); những sự kiện căng thẳng trong cuộc sống, thăm chơi (thỉnh thoảng); bị đau đầu/đau lưng/đau bụng/đau tay/đau chân... gây cản trở công việc (có đau một chút, có đau vừa phải, đau kha khá).

Kết quả từ mô hình cho thấy rằng các yếu tố gia đình và những sự kiện sang chấn trong 12 tháng qua có liên quan đến trầm cảm và lo âu. Kết quả nghiên cứu này cũng tương đồng với một số nghiên cứu hiện nay trên thế giới [10]. Tuy nhiên trong bối cảnh của Việt Nam thì cần có nhiều nghiên cứu sâu hơn đi sâu vào vấn đề này.

Các yếu tố về sự mong đợi từ gia đình về ngành nghề, mặc dù có ý nghĩa đơn biến nhưng trong mô hình đa biến thì không có. Mặc dù vậy, đây là một trong những hạn chế của nghiên cứu khi cỡ mẫu nhỏ, cần các nghiên cứu tương lai cần đi sâu hơn.

IV. KẾT LUẬN

- Tỷ lệ trầm cảm, lo âu chiếm tỷ lệ 18,73% ở sinh viên Y khoa. Tỷ lệ sinh viên có ý định tự tử: Suy nghĩ tự tử 10,49%; về lập kế hoạch 4,49% và 1,50% đã từng cố gắng tự tử

- Các yếu tố liên quan đến trầm cảm: giới tính (nữ); hôn nhân bố mẹ (ly dị/ly thân); nghề nghiệp mẹ (nông dân); điểm tổng kết năm học; những sự kiện căng thẳng trong cuộc sống. Các yếu tố liên quan đến lo âu: giới tinh (nữ); nghề nghiệp mẹ (nông dân); những sự kiện căng thẳng trong cuộc sống; bị đau đầu/đau lưng/đau bụng/đau tay/đau chân... gây cản trở công việc.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Đức Thành, Lê Cự Linh (2010) "Giá trị, độ tin cậy của thang đo trầm cảm của vị thành niên và thanh niên và một số yếu tố liên quan tại huyện Chí Linh, Hải Dương năm 2006 ". *Tạp chí Y tế Công Cộng* 33 (26), tr. 33-41.

2. Nguyễn Thanh Hương, Lê Vũ Anh, Michael Dunne (2007) "Giá trị và độ tin cậy của hai thang đo trầm cảm và lo âu sử dụng nghiên cứu cộng đồng với đối tượng vị thành niên ". *Tạp chí Y tế Công cộng* 25 (7), tr. 25-31.

3. Khadijah Shamsuddin, Fariza Fadzil, Wan Salwina Wan Ismail, Shamsul Azhar Shah, Khairani Omar, Noor Azimah Muhammad, Aida Jaffar, Aniza Ismail, Raynuha Mahadevan (2013) "Correlates of depression, anxiety and stress among Malaysian university students". *Asian Journal of Psychiatry,* 6 (4), 318-323.

4. R. Blum, M. Sudhinaraset, M. R. Emerson (2012) "Youth at risk: suicidal thoughts and attempts in Vietnam, China, and Taiwan". *J Adolesc Health,* 50 (3 Suppl), S37-44.

5. U. Chandavarkar, A. Azzam, C. A. Mathews (2007) "Anxiety symptoms and perceived performance in medical students". *Depress Anxiety,* 24 (2), 103-11.

6. Vuong Diem Khanh Doan (2011) *What Explains the Association between Socioeconomic status & Depression in Vietnamese Adults?* , Faculty of Health, Queensland University of Technology,

7. L. N. Dyrbye, M. R. Thomas, T. D. Shanafelt (2006) "Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. and Canadian medical students". *Acad Med,* 81 (4), 354-73.

8. A. K. Ibrahim, S. J. Kelly, C. E. Adams, C. Glazebrook (2013) "A systematic review of studies of depression prevalence in university students". *J Psychiatr Res,* 47 (3), 391-400.

9. M. T. Le, H. T. Nguyen, T. D. Tran, J. R. Fisher (2012) "Experience of low mood and suicidal behaviors among adolescents in Vietnam: findings from two national population-based surveys". *J Adolesc Health,* 51 (4), 339-48.

10. X. C. Liu, S. Oda, X. Peng, K. Asai (1997) "Life events and anxiety in Chinese medical students". *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol,* 32 (2), 63-7.

11. C. K. Smith, D. F. Peterson, B. F. Degenhardt, J. C. Johnson (2007) "Depression, anxiety, and perceived hassles among entering medical students". *Psychol Health Med,* 12 (1), 31-9.

12. 1 Jugal Kishore Surbhi Sidana, 1 Vidya Ghosh, 1 Divyansh Gulati, 1 RC Jiloha, 2 and Tanu Anand 1 (2012) "Prevalence of depression in students of a medical college in New Delhi: A cross-sectional study". *Australasian Medical Journal,* 5 (5), p. 247-250.

13. M. S. Yusoff, A. F. Abdul Rahim, A. A. Baba, S. B. Ismail, M. N. Mat Pa, A. R. Esa (2013) "Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among prospective medical students". *Asian J Psychiatr,* 6 (2), 128-33.