

THE STATUS OF STRESS, ANXIETY AND DEPRESSION AMONG MEDICAL STUDENTS AT UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY – VIETNAM NATIONAL UNIVERSITY STUDIED AT HOA LAC IN 2022-2023

Tran Van Thien^{1*}, Nguyen Thi My Linh², Nguyen Thi Bach Tuyet²,
Dang Bao Ngoc², Nguyen Thanh Trung², Mac Dang Tuan²

¹ Hospital of Vietnam National University, Hanoi – 182 Luong The Vinh, Thanh Xuan, Hanoi, Vietnam

² University of Medicine and Pharmacy, Vietnam National University – 144 Xuan Thuy, Dich vong Hau, Cau Giay, Hanoi, Vietnam

Received: 03/04/2024

Revised: 04/05/2024; Accepted: 31/05/2024

ABSTRACT

Objective: To describe the stress, anxiety, and depression situation among students of University of Medicine and Pharmacy - National University at Hoa Lac in 2022-2023.

Subject and method: A cross-sectional study was conducted on 422 first-year students of University of Medicine and Pharmacy - Ha Noi National University at Hoa Lac Campus in the academic year 2022-2023.

Results: The prevalence of students with signs of stress was 53.6%, anxiety 77.7%, and depression 70.9%.

Conclusion: The rates of stress, anxiety, and depression among first-year students studying at Hoa Lac Campus are relatively high, hence encouraging students to develop reasonable study plans and promptly detect to implement appropriate interventions. Factors influencing stress, anxiety, and depression in students include gender, field of study, personal finances, GPA, satisfaction with test scores, retaking exams, family conflicts, witnessing a disagreement between parents and difficulty in making new friends.

Key words: Stress, anxiety, depression, students, DASS-21.

* Corresponding author
E-mail: hospitalvnpt@gmail.com
Phone number: (+84) 914 509 999
<https://doi.org/10.52163/yhc.v65iCD5.1272>



THỰC TRẠNG STRESS, LO ÂU VÀ TRẦM CẢM CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC - ĐẠI HỌC QUỐC GIA HÀ NỘI HỌC TẬP TẠI CƠ SỞ HÒA LẠC NĂM HỌC 2022-2023

Trần Văn Thiện^{1*}, Nguyễn Thị Mỹ Linh², Nguyễn Thị Bạch Tuyết²,
Đặng Bảo Ngọc², Nguyễn Thành Trung², Mạc Đăng Tuấn²

¹ Bệnh viện Đại học Quốc gia Hà Nội – 182 Lương Thế Vinh, Thanh Xuân, Hà Nội, Việt Nam

² Trường Đại học Y Dược, Đại học Quốc gia Hà Nội – 144 Xuân Thủy, Dịch vọng Hậu, Cầu giấy, Hà Nội, Việt Nam

Ngày nhận bài: 03/04/2024

Chỉnh sửa ngày: 04/05/2024; Ngày duyệt đăng: 31/05/2024

TÓM TẮT

Mục tiêu: Mô tả thực trạng stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên trường Đại học Y Dược-Đại học Quốc Gia Hà Nội học tập tại cơ sở Hòa Lạc năm học 2022-2023 và một số yếu tố liên quan.

Đối tượng và phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu mô tả cắt ngang được tiến hành trên 422 sinh viên năm thứ nhất trường Đại học Y Dược-Đại học Quốc Gia Hà Nội học tập tại cơ sở Hòa Lạc năm học 2022-2023.

Kết quả: Tỷ lệ sinh viên có dấu hiệu stress là 53,6%, lo âu 77,7%, trầm cảm 70,9%.

Kết luận: Tỷ lệ có dấu hiệu stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên năm nhất học tập tại cơ sở Hòa Lạc khá cao nên khuyến khích sinh viên xây dựng kế hoạch học tập hợp lý và phát hiện kịp thời để có những biện pháp can thiệp phù hợp. Các yếu tố ảnh hưởng đến stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên là giới, ngành học, tài chính bản thân, điểm GPA, hài lòng với điểm thi, thi lại, xung đột với gia đình, chứng kiến bố mẹ bất hòa, khó khăn trong việc tìm bạn mới.

Từ khóa: Stress, lo âu, trầm cảm, sinh viên, DASS-21.

* Tác giả liên hệ
E-mail: hospitalvnpt@gmail.com
Điện thoại: (+84) 914 509 999
<https://doi.org/10.52163/yhc.v65iCD5.1272>

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức khỏe là một trạng thái hoàn toàn thoải mái về tâm thần - thể chất và quan hệ xã hội chứ không phải chỉ là tình trạng không có bệnh tật. Bên cạnh sức khỏe thể chất, sức khỏe tâm thần là một yếu tố không thể thiếu khi đề cập đến khái niệm sức khỏe. Theo WHO, sức khỏe tâm thần là “trạng thái sức khỏe trong đó một cá nhân nhận thức được khả năng của chính mình, có thể đối phó với những stress bình thường của cuộc sống, có thể làm việc một cách năng suất và có thể đóng góp cho cộng đồng của mình” [1].

Với sự phát triển không ngừng của xã hội, áp lực đến từ nhiều khía cạnh khác nhau gây nên những vấn đề về sức khỏe tâm thần như stress, lo âu, trầm cảm. Trong đó, ngày nay tình trạng rối loạn sức khỏe tâm thần ở sinh viên đang rất cần được quan tâm, trong số đó phải kể đến sinh viên ngành Y Dược – nhóm đối tượng có nguy cơ cao mắc các rối loạn stress, lo âu, trầm cảm.

Sinh viên trường Đại học Y Dược – ĐHQGHN cũng không nằm ngoài nhóm có nguy cơ biểu hiện stress, lo âu, trầm cảm. Đối với sinh viên Y khoa, năm thứ nhất được coi là nhóm đối tượng có nguy cơ cao nhất đối với các vấn đề sức khỏe tâm thần. Nghiên cứu của Nuran Bayram và cộng sự năm 2008 trên 1617 sinh viên tại Thổ Nhĩ Kỳ đã chỉ ra sinh viên năm thứ nhất và năm hai có mức độ stress, lo âu, trầm cảm cao hơn sinh viên các năm còn lại [2]. Nguyên nhân là do các em chưa thích nghi được với môi trường mới, bị ảnh hưởng nhiều bởi Internet, môi trường học tập mới, mối quan hệ với bạn bè, thầy cô cũng mới so với thời gian học phổ thông, bản thân các em chưa đủ kinh nghiệm và tự tin đối phó với các yếu tố gây stress, lo âu và trầm cảm. Hậu quả làm cho trạng thái sức khỏe tâm thần, thể chất và xã hội trở nên xấu hơn. Cụ thể đối với sinh viên trường Đại học Y Dược- ĐHQGHN khóa đầu tiên học tập tại cơ sở Hòa Lạc phải đối mặt, thích nghi với nhiều thách thức, khó khăn mới về môi trường học khiến tỷ lệ stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên cũng thay đổi đáng kể. Một số câu hỏi được đặt ra hiện nay là: Trạng stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên năm nhất của trường Đại học Y Dược đang học tập tại Hòa Lạc như thế nào? Những yếu tố nào có liên quan đến tỷ lệ stress, lo âu và trầm cảm này của sinh viên?

Xuất phát từ thực tế trên, chúng tôi đã thực hiện nghiên cứu với mục tiêu sau:

Mô tả thực trạng stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên trường Đại học Y Dược-Đại học Quốc Gia Hà Nội học tập tại cơ sở Hòa Lạc năm học 2022-2023 và một số yếu tố liên quan.

2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu mô tả cắt ngang.

2.2. Địa điểm và thời gian nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện tại trường Đại học Y Dược-Đại học Quốc gia Hà Nội từ tháng 9/2023 đến tháng 3/2024.

2.3. Đối tượng nghiên cứu

Nghiên cứu thực hiện trên sinh viên khóa QH.2022 trường Đại học Y Dược- Đại học Quốc gia Hà Nội học tập tại cơ sở Hòa Lạc.

Tiêu chuẩn lựa chọn

- Các sinh viên khóa QH.2022 thuộc tất cả chuyên ngành (Y đa khoa, Dược học, Răng hàm mặt, Kỹ thuật Hình ảnh y học, Kỹ thuật Xét nghiệm y học, Cử nhân Điều dưỡng) học tập tại Trường Đại học Y Dược – Đại học Quốc gia Hà Nội cơ sở Hòa Lạc.
- Các sinh viên đồng ý tự nguyện tham gia điền vào biểu mẫu trực tuyến sau khi được giới thiệu và giải thích về nghiên cứu.

Tiêu chuẩn loại trừ

- Sinh viên đã thôi học tại Trường Đại học Y Dược – Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Sinh viên từ chối tham gia nghiên cứu.

2.4. Cơ mẫu, chọn mẫu

Áp dụng phương pháp chọn mẫu toàn bộ. Toàn bộ sinh viên khóa QH.2022 học tập tại Trường Đại học Y Dược – ĐHQGHN cơ sở Hòa Lạc có mặt tại thời điểm nghiên cứu (năm học 2022 – 2023) được lựa chọn để tham gia nghiên cứu (520 sinh viên). Trên thực tế chúng tôi đã thu thập được thông tin của 422 đối tượng nghiên cứu (81,2%).

2.5. Biến số và chỉ số

Nhóm biến số về thông tin chung của đối tượng nghiên cứu: Ngành học, giới tính, dân tộc, tôn giáo, nơi sinh, tài chính bản thân, bệnh mạn tính.

Các chỉ số về tình trạng stress, lo âu, trầm cảm theo mức độ: nhẹ, vừa, nặng và rất nặng theo thang DASS-21 sau khi đánh giá 21 câu hỏi.

Các yếu tố liên quan đến stress, lo âu, trầm cảm: Yếu tố cá nhân (Ngành học, giới tính, tài chính bản thân); yếu tố học tập (điểm GPA, hài lòng với điểm thi, thi lại), yếu tố gia đình (xung đột với gia đình, chứng kiến bố mẹ bất hòa); yếu tố bạn bè (khó khăn trong việc tìm bạn mới).



Bảng 1. Phân loại mức độ stress, lo âu, trầm cảm theo thang điểm DASS-21

Mức độ	Trầm cảm	Lo âu	Stress
Bình thường	0-9	0-7	0-14
Nhẹ	10-13	8-9	15-18
Vừa	14-20	10-14	19-25
Nặng	21-27	15-19	26-33
Rất nặng	≥28	≥20	≥34

2.6. Kỹ thuật, công cụ và quy trình thu thập số liệu

Nghiên cứu viên liên hệ với từng lớp khóa QH.2022 để thu thập số liệu: giải thích mục tiêu nghiên cứu, phát phiếu khảo sát và mời sinh viên trả lời bộ câu hỏi, trả lời những thắc mắc của sinh viên trong quá trình điền phiếu khảo sát trực tiếp.

Nghiên cứu sử dụng thang đo stress, lo âu, trầm cảm DASS-21 gồm 21 câu hỏi. Đánh giá mức độ có triệu chứng trên cơ sở tính điểm bằng cách tính tổng số điểm của mỗi 7 câu hỏi của từng vấn đề sức khỏe. Đối tượng tham gia nghiên cứu trả lời từng mục của DASS-21 theo thang điểm: 0: Không đúng với tôi chút nào cả; 1: Đúng với tôi phần nào, hoặc thỉnh thoảng mới đúng; 2: Đúng với tôi phần nhiều, hoặc phần lớn thời gian là đúng; 3: Hoàn toàn đúng với tôi, hoặc hầu hết thời gian là đúng.

2.7. Xử lý và phân tích số liệu

Số liệu được làm sạch và nhập liệu bằng phần mềm EPIDATA 3.1 sau đó phân tích bằng mềm STATA để cho ra các biểu đồ thực trạng stress, lo âu, trầm cảm của sinh viên.

2.8. Đạo đức nghiên cứu

Trước khi tham gia nghiên cứu, tất cả các đối tượng nghiên cứu sẽ được cung cấp thông tin rõ ràng liên

quan đến mục tiêu và nội dung nghiên cứu.

Đối tượng được thông báo là tự nguyện quyết định tham gia vào nghiên cứu hay không. Các thông tin thu thập được từ các đối tượng chỉ phục vụ cho mục đích nghiên cứu, hoàn toàn được giữ bí mật. Số liệu đảm bảo tính khoa học, tin cậy và chính xác.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

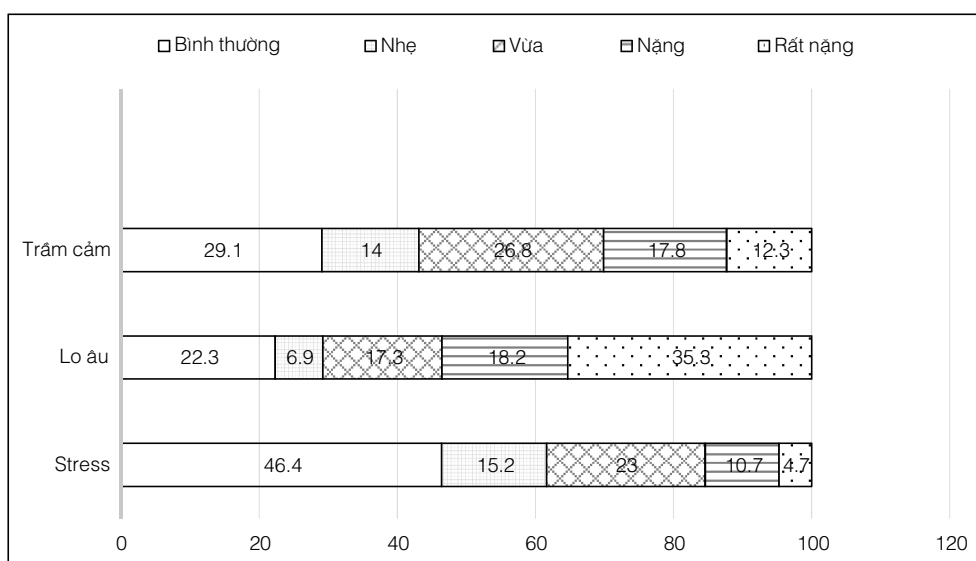
3.1. Đặc điểm thông tin chung của sinh viên

Nghiên cứu trên 422 sinh viên khóa QH.2022, nữ giới chiếm đa số (67,3%), chủ yếu là dân tộc kinh (86,7%) và hầu hết không theo tôn giáo (95,3%). Đa số sinh viên đến từ vùng nông thôn (73,7%). Phần lớn sinh viên cảm thấy tài chính bản thân đủ và gần đủ nhưng phải đắn đo khi chi tiêu (75,6%). Đa số sinh viên không mắc bệnh mạn tính (94,8%).

Về ngành học, nghiên cứu cho thấy đối tượng nghiên cứu là Y đa khoa chiếm tỷ lệ cao nhất (34%); sinh viên ngành Kỹ thuật Xét nghiệm Y học chiếm tỷ lệ thấp nhất với 7,8%.

3.2. Tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm của sinh viên trường Đại học Y Dược- Đại học Quốc gia Hà Nội khóa QH.2022

Biểu đồ 1. Tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm của sinh viên (n=422)



Theo tiêu chuẩn đánh giá của thang đo DASS-21, sinh viên có dấu hiệu stress mức độ vừa chiếm tỷ lệ cao nhất (23%), mức độ rất nặng thấp nhất (4,7%). Sinh viên có dấu hiệu lo âu mức độ rất nặng chiếm tỷ lệ cao nhất (35,3%), mức độ nhẹ chiếm tỷ lệ thấp nhất (6,9%).

Sinh viên có dấu hiệu trầm cảm mức độ vừa chiếm tỷ lệ cao nhất (26,8%), mức độ rất nặng chiếm tỷ lệ thấp nhất (12,3%).

3.3. Các yếu tố liên quan đến tình trạng stress, lo âu, trầm cảm của sinh viên

Bảng 2. Mối liên quan giữa yếu tố cá nhân với stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên

Đặc điểm	Stress			Lo âu			Trầm cảm		
	Có n (%)	Không n (%)	OR (KTC 95%)	Có n (%)	Không n (%)	OR (KTC 95%)	Có n (%)	Không n (%)	OR (KTC 95%)
Giới tính									
Nam	63 (45,7)	75 (54,3)	1	97 (70,3)	41 (29,7)	1	85 (61,6)	53 (38,4)	1
Nữ	163 (57,4)	121 (42,6)	1,6 (1,04-2,47)	231 (81,3)	53 (18,7)	1,84 (1,11-3,03)	214 (75,4)	70 (24,6)	1,91 (1,2-3,01)
Ngành học									
Y đa khoa	71 (49,3)	73 (50,7)	1	111 (77,1)	33 (22,9)	1	101 (70,1)	43 (29,9)	1
Răng hàm mặt	20 (50,0)	20 (50,0)	1,03 (0,51-2,07)	30 (75,0)	10 (25,0)	0,89 (0,4-2,01)	29 (72,5)	11 (27,5)	1,12 (0,51-2,45)
Điều dưỡng	29 (69,1)	13 (30,9)	2,29 (1,1-4,77)	36 (85,7)	6 (14,3)	1,78 (0,69-4,6)	32 (76,2)	10 (23,8)	1,24 (0,72-2,13)
Dược học	70 (57,9)	51 (42,1)	1,46 (0,89-2,38)	101 (83,5)	20 (16,5)	1,5 (0,81-2,78)	90 (74,4)	31 (25,6)	1,36 (0,62-3,02)
Kỹ thuật Hình ảnh Y học	21 (50,0)	21 (50,0)	1,03 (0,52-2,04)	31 (73,8)	11 (26,2)	0,84 (0,38-1,85)	29 (69,1)	13 (30,9)	0,95 (0,45-2)
Kỹ thuật Xét nghiệm Y học	15 (45,5)	18 (54,5)	0,85 (0,4-1,83)	19 (57,6)	14 (42,4)	0,4 (0,18-0,89)	18 (54,6)	15 (45,4)	0,51 (0,24-1,11)
Tình trạng tài chính bản thân									
Đủ hoặc gần đủ	150 (47,0)	169 (53,0)	1	239 (74,9)	80 (25,1)	1	215 (67,4)	104 (32,6)	
Không đủ	76 (73,8)	27 (26,2)	3,17 (1,89-5,39)	89 (86,4)	14 (13,6)	2,13 (1,12-4,27)	84 (81,6)	19 (18,4)	2,14 (1,21-3,93)

Nhận xét: Sinh viên nữ có nguy cơ stress cao hơn 1,6 lần so với nam. Những sinh viên ngành Điều dưỡng có nguy cơ stress cao hơn 2,29 lần so với ngành Y đa khoa. Bên cạnh đó, những sinh viên có tình trạng tài chính bản thân không đủ có nguy cơ stress cao gấp 3,17 lần những sinh viên đủ hoặc gần đủ về tình trạng tài chính bản thân.

Sinh viên nữ có nguy cơ bị lo âu cao hơn gấp 1,84 lần so với những sinh viên nam. Những sinh viên ngành Kỹ thuật Xét nghiệm Y học có nguy cơ stress cao hơn 2,29

lần so với ngành Y đa khoa. Bên cạnh đó, những sinh viên có tình trạng tài chính bản thân không đủ có nguy cơ stress cao gấp 2,13 lần những sinh viên đủ hoặc gần đủ về tình trạng tài chính bản thân.

Sinh viên nữ có nguy cơ bị trầm cảm cao hơn gấp 1,91 lần so với những sinh viên nam. Bên cạnh đó, những sinh viên có tình trạng tài chính của bản thân không đủ có nguy cơ trầm cảm cao gấp 2,14 lần so với tình trạng tài chính đủ hoặc gần đủ.

Bảng 3. Mối liên quan giữa yếu tố học tập, gia đình, bạn bè với stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên

Đặc điểm			Stress			Lo âu			Trầm cảm		
			Có n (%)	Không n(%)	OR (KTC 95%)	Có n (%)	Không n(%)	OR (KTC 95%)	Có n (%)	Không n(%)	OR (KTC 95%)
Yếu tố học tập	Điểm GPA	Yếu	6 (54,6)	5 (45,4)	2,36 (0,52-10,67)	10 (90,9)	1 (9,1)	0,67 (0,06-7,25)	18 (78,3)	5 (21,7)	0,36 (0,04-3,53)
		Khá	163 (57,4)	121 (42,6)	1,00 (0,3-3,36)	65 (73,9)	23 (26,1)	0,35 (0,04-2,77)	215 (71,7)	85 (28,3)	0,25 (0,03-2,01)
		Giỏi	163 (54,3)	137 (45,7)	0,69 (0,2-2,45)	233 (77,7)	67 (22,3)	0,28 (0,03-2,33)	56 (63,6)	32 (36,4)	0,18 (0,02-1,43)
		Xuất sắc	17 (73,9)	6 (26,1)	1	20 (87,0)	3 (13,0)	1	10 (90,9)	1 (9,1)	
	Hài lòng với điểm thi	Có	29 (46,0)	34 (54,0)	0,7 (0,39-1,24)	44 (69,8)	19 (30,2)	0,61 (0,33-1,18)	40 (63,5)	23 (36,5)	0,67 (0,37-1,24)
		Không	197 (54,9)	162 (45,1)	1	284 (79,1)	75 (20,9)	1	259 (72,1)	100 (27,9)	
	Thi lại	Có	45 (56,3)	35 (43,7)	1,16 (0,69-1,96)	62 (77,5)	18 (22,5)	0,99 (0,54-1,9)	60 (75,0)	20 (25,0)	1,31 (0,73-2,41)
		Không	178 (52,5)	161 (47,5)	1	263 (77,6)	76 (22,4)	1	236 (69,6)	103 (30,4)	
Yếu tố gia đình	Xung đột với gia đình	Có	73 (73,0)	27 (27,0)	2,99 (1,78-5,09)	93 (93,0)	7 (7,0)	4,92 (2,17-13,03)	88 (88,0)	12 (12,0)	3,86 (1,99-8,07)
		Không	153 (47,5)	169 (52,5)	1	235 (73,0)	87 (27,0)	1	211 (65,5)	111 (34,5)	
	Chứng kiến bố mẹ bất hòa	Có	88 (63,3)	51 (36,7)	1,81 (1,17-2,81)	124 (89,2)	15 (10,8)	3,2 (1,73-6,25)	122 (87,8)	17 (12,2)	3,68 (2,06-6,9)
		Không	138 (48,8)	145 (51,2)	1	204 (72,1)	79 (27,9)	1	187 (66,1)	96 (33,9)	
Yếu tố bạn bè	Khó khăn trong tìm bạn mới	Có	105 (73,9)	43 (26,1)	3,07 (1,96-4,83)	132 (89,2)	16 (10,8)	3,3 (1,81-6,32)	124 (83,8)	24 (16,2)	2,94 (1,74-5,08)
		Không	121 (44,3)	152 (55,7)	1	195 (71,4)	78 (28,6)	1	174 (63,7)	99 (36,3)	1

Nhận xét: Về yếu tố học tập, mối liên quan giữa điểm GPA, sự hài lòng với điểm thi và tình trạng thi lại và tình trạng stress, lo âu và trầm cảm không có ý nghĩa thống kê, $p < 0,05$.

Về yếu tố gia đình, nguy cơ có dấu hiệu stress, lo âu và trầm cảm trong nhóm sinh viên chứng kiến bố mẹ bất hòa cao hơn so với nhóm sinh viên không phải chứng kiến bố mẹ bất hòa lần lượt là 1,81; 3,2 và 3,68 lần. Đồng thời nguy cơ stress, lo âu và trầm cảm khi có xung đột với các thành viên trong gia đình cao hơn lần lượt 2,99; 4,92 và 3,86 lần so với nhóm không có xung đột trong gia đình.

Về yếu tố về bạn bè, nguy cơ có dấu hiệu stress trong nhóm sinh viên gặp khó khăn trong việc tìm bạn mới cao gấp lần lượt 3,07; 3,3 và 2,94 lần so với nhóm sinh viên không gặp khó khăn trong việc tìm bạn mới.

4. BÀN LUẬN

4.1. Thực trạng stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên trường Đại học Y Dược học tập tại Đại học Quốc Gia Hà Nội cơ sở Hòa Lạc năm học 2022-2023

Tỷ lệ sinh viên có dấu hiệu stress là 53,6%. Trong đó, sinh viên có dấu hiệu stress mức độ nhẹ là 15,2%; mức độ vừa là 23%; mức độ nặng là 10,7% và mức độ rất nặng là 4,7%. Kết quả nghiên cứu này cao hơn so với

nghiên cứu của Nguyễn Thành Trung (2017) trên đối tượng Y tế công cộng là 34,4% [3]. Tại trường Đại học Y Hà Nội, nghiên cứu của Phạm Thị Huyền Trang năm 2013 cho kết quả sinh viên bị stress là 63,6%, cao hơn nhiều so với nghiên cứu của chúng tôi [4]. Sự khác biệt này có thể do sự khác nhau về điều kiện kinh tế xã hội của đối tượng nghiên cứu và công cụ thu thập số liệu.

Tỷ lệ sinh viên có dấu hiệu lo âu là 77,7%. Kết quả nghiên cứu này cao hơn rất nhiều so với nghiên cứu của Nguyễn Thành Trung (2017) là 42% [3]. Sự khác biệt này có thể giải thích do thời gian và đối tượng thực hiện nghiên cứu ở sinh viên năm thứ nhất, đối mặt với môi trường và áp lực học tập mới mà bản thân chưa kịp thích nghi. Đồng thời khi học đại học ở môi trường ngoại thành, sinh viên phải đối mặt với nhiều thách thức như nguồn tài liệu, di chuyển,... Theo các nghiên cứu trên thế giới, trong đó có nghiên cứu của Jungmin Lee, Hyun Ju Jeong và Sujin Kim (2021), tỷ lệ mắc lo âu ở mức độ nghiêm trọng ở học sinh nông thôn cao gấp 1,325 lần so với học sinh thành thị [5]. Điều này cho thấy lo âu là một vấn đề sức khỏe cần được quan tâm và hỗ trợ cho sinh viên Y Dược.

Sinh viên có dấu hiệu trầm cảm là 70,9%. Kết quả này cao hơn nhiều so với kết quả nghiên cứu của Nguyễn Hoàng Nguyên (2019) trên đối tượng sinh viên hệ bác sỹ trường Đại học Y Hà Nội là 48,7% [6]. Và đặc biệt,

tỷ lệ có dấu hiệu trầm cảm trong nghiên cứu cao hơn nhiều so với nghiên cứu của WHO (2017) về tỷ lệ trầm cảm chung của người Việt Nam là 4% [7]. Sự khác biệt này có thể giải thích theo 2 yếu tố. Yếu tố thứ nhất do sự khác nhau về tiêu chuẩn để chẩn đoán, nghiên cứu của em tỷ lệ có dấu hiệu trầm cảm được tính dựa vào điểm số, trong khi đó WHO sử dụng tiêu chuẩn chẩn đoán trầm cảm trên lâm sàng. Yếu tố thứ hai là vì sinh viên năm thứ nhất phải đối mặt với thay đổi phương pháp học tập để thích nghi với môi trường mới, tiếp xúc với nhiều người bạn mới. Đồng thời, môi trường học tập ở ngoại thành sẽ đem lại nhiều khó khăn trong việc di chuyển cũng như tìm kiếm tài liệu chuyên ngành.

4.2. Một số yếu tố liên quan đến nguy cơ stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên trường Đại học Y Dược học tập tại Đại học Quốc Gia Hà Nội cơ sở Hòa Lạc năm học 2022-2023

Các yếu tố liên quan đến stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên bao gồm đặc điểm cá nhân, yếu tố học tập và mối quan hệ với bạn bè, gia đình. Giới tính có liên quan đến tình trạng stress, lo âu và trầm cảm. Sinh viên nữ có nguy cơ có các dấu hiệu stress, lo âu và trầm cảm cao hơn nhiều so với sinh viên nam lần lượt là 1,6; 1,84 và 1,91 lần, tương tự giống kết quả của Nguyễn Hoàng Nguyễn (2019) [6]. Sinh viên nữ thường có tâm lý vốn nhạy cảm hơn, suy nghĩ nhiều hơn nên cũng dễ stress hơn. Sinh viên ngành Điều dưỡng có nguy cơ stress cao hơn 2,29 lần so với ngành Y đa khoa (OR=2,29; KTC 95%: 1,1-4,77). Có thể nói ngành Điều dưỡng được đi thực tập lâm sàng và tiếp xúc với bệnh nhân sớm nhất. Khi chưa có đủ tự tin về kiến thức lâm sàng, kỹ năng xử trí tình huống, hay áp lực lớn nhất xuất phát từ sự lúng túng của bản thân khi đứng trước bệnh nhân. Nếu không đủ chuyên môn có thể dễ dẫn đến sai lầm tới sức khỏe con người. Vì vậy đòi hỏi cao trong việc trau dồi bản thân nhiều về trình độ chuyên môn cũng như kỹ năng lâm sàng. Tình trạng tài chính bản thân không đủ chi trả làm tăng nguy cơ stress, lo âu và trầm cảm, tương tự kết quả của Trần Thị Nga (2021) [8].

Học tập là công việc quan trọng đối với sinh viên Y, áp lực học tập trên sinh viên Y là rất lớn khi đây là một trong những lợi thế để xin việc. Điều này đòi hỏi sinh viên Y phải không ngừng nỗ lực, trau dồi kiến thức và cố gắng đạt được kết quả cao trong học tập. Tuy nhiên kết quả nghiên cứu cho thấy điểm GPA, sự hài lòng với điểm thi và tình trạng thi lại không có mối liên quan có ý nghĩa thống kê với tình trạng stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên ($p > 0,05$). Kết quả trái ngược với Mohamad Saiful Bahri Yusoff và cộng sự (2013) được tiến hành trên 1058 sinh viên y khoa của trường đại học Sains Malaysia đã chỉ ra nhóm nguyên nhân liên quan đến học tập (bài kiểm tra, bài thi, lượng bài tập nhiều, thiếu thời gian ôn tập, điểm kém, kỳ vọng cao từ bản thân, thiếu các kỹ năng thực tập y khoa, học chậm, khối lượng bài tập nhiều, không hiểu kiến thức được giảng

dạy) là nguyên nhân chính gây nên stress [9]. Ngoài ra đối với sinh viên khóa QH.2022 học tập tại cơ sở Hòa Lạc có thể do thiếu nguồn tài liệu về kiến thức chuyên ngành khi thư viện mới thành lập và đang trong quá trình hoàn thiện, khó có thể tiếp cận với nguồn tài liệu chuyên ngành ở các thư viện lớn hơn, môi trường xung quanh còn nhiều hạn chế về khu vui chơi giải trí. Có thể đây là những nguyên nhân góp phần gây nên tình trạng stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên.

Tình trạng xung đột trong gia đình và chứng kiến bố mẹ bất hòa làm tăng stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên. Sinh viên có xung đột trong gia đình có nguy cơ stress, lo âu và trầm cảm lần lượt cao hơn 2,99; 4,92 và 3,86 lần so với nhóm không có xung đột trong gia đình. Điều này được chỉ ra trong nghiên cứu của Nguyễn Hoàng Nguyễn (2019) [6]. Đồng thời, sinh viên phải chứng kiến bố mẹ bất hòa có nguy cơ lần lượt cao hơn 1,81; 3,2 và 3,68 lần, tương đương với nghiên cứu của Trần Thị Nga (2021) [8]. Gia đình là nơi sinh viên có thể chia sẻ những khó khăn trong cuộc sống và nhận lại những lời khuyên của người thân. Những mâu thuẫn và bất hòa sẽ khiến sinh viên gặp khó khăn trong việc chia sẻ với gia đình, từ đó dẫn đến những lo lắng về công việc và cuộc sống không thể giải quyết được.

Stress, lo âu và trầm cảm còn bị ảnh hưởng bởi mối quan hệ bạn bè. Kết quả chỉ ra tỷ lệ sinh viên gặp khó khăn trong việc tìm bạn mới có nguy cơ stress, lo âu, trầm cảm lần lượt cao hơn 3,07; 3,3 và 2,94 lần so với nhóm sinh viên không gặp khó khăn trong việc tìm bạn mới. Điều này tương đồng với kết quả nghiên cứu của Phan Thị Diệu Ngọc năm 2014: sinh viên không có người tâm sự làm tăng nguy cơ bị rối loạn trầm cảm vừa và nặng lên 3,1 lần so với sinh viên có bạn bè giúp đỡ ($p < 0,05$) [10]. Tìm được bạn mới trong môi trường học tập mới giúp chia sẻ những vấn đề học tập, cùng nhau thích nghi với môi trường mới, sẽ giúp giảm bớt áp lực cho sinh viên. Nhất là khi môi trường học tập tại Hòa Lạc, việc gặp gỡ lại những người bạn cũ thời học sinh sẽ bị hạn chế nên việc chia sẻ để giải tỏa những áp lực trong môi trường mới càng trở nên khó khăn hơn. Điều này cho thấy, tình trạng stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên có liên quan đến việc có hay không có bạn bè để chia sẻ.

Hạn chế của nghiên cứu: Nghiên cứu có thể gặp phải một số sai sót do vấn đề sức khỏe tâm thần là vấn đề nhạy cảm, đối tượng nghiên cứu có thể trả lời không đúng sự thật hoặc chưa thật sự tập trung khi điền phiếu khảo sát. Việc sử dụng thang đo DASS – 21 giống như các trắc nghiệm tâm lý khác, kết quả thu được không có ý nghĩa chẩn đoán xác định mà chỉ đóng vai trò sàng lọc ban đầu các đối tượng có dấu hiệu biểu hiện của stress, lo âu và trầm cảm. Để chẩn đoán chính xác các vấn đề sức khỏe tinh thần, cần có sự thăm khám lâm sàng của các bác sĩ chuyên khoa, tìm hiểu về tiền sử bệnh kết hợp với các thang đo phù hợp.



5. KẾT LUẬN

Tỷ lệ sinh viên có dấu hiệu lo âu chiếm cao nhất (77,7%), tiếp theo là trầm cảm (70,9%) và stress (53,6%). Các yếu tố liên quan đến stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên khóa QH.2022 học tập tại cơ sở Hòa Lạc gồm: giới tính, ngành học, tài chính bản thân; điểm GPA, hài lòng với điểm thi, thi lại; xung đột với gia đình, chứng kiến bố mẹ bất hòa; khó khăn trong việc tìm bạn mới.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] WHO, Concepts, emerging evidence, practice (Summary Report) Geneva, 2004.
- [2] Bayram, Nuran and Bilgen, Nazan, The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 2008, 43(8): p. 667-72.
- [3] Nguyễn Thành Trung, Thực trạng stress, lo âu, trầm cảm và các yếu tố liên quan trong sinh viên cử nhân trường Đại học Y tế công cộng năm 2017 - Khảo sát bằng bộ công cụ DASS 21. Luận văn Thạc sĩ y tế công cộng, Đại học Y tế công cộng, 2017.
- [4] Phạm Thị Huyền Trang, Thực trạng stress trong sinh viên Trường Đại học Y Hà Nội. Khóa luận tốt nghiệp ngành Bác sĩ Đa khoa, Đại học Y Hà Nội, 2013.
- [5] Jungmin L, Huyn JJ, Sujin K, Stress, Anxiety, and Depression Among Undergraduate Students during the COVID-19 Pandemic and their Use of Mental Health Services. Innov High Educ, 2021, 46(5): p. 519-538.
- [6] Nguyễn Hoàng Nguyên, Trầm cảm, lo âu và stress ở sinh viên hệ bác sĩ trường ĐHYHN năm học 2018-2019 và một số yếu tố liên quan, 2019.
- [7] WHO, Depression and other common mental disorders: Global Health Estimates, 2017.
- [8] Trần Thị Nga, Trầm cảm, lo âu, stress của sinh viên năm cuối hệ bác sĩ đa khoa trường Đại học Y Hà Nội năm 2021 và một số yếu tố liên quan. Tạp chí Khoa học Nghiên cứu Sức khỏe và Phát triển, 2021.
- [9] Muhamad SBY, Ahmad FAR, Abdul AB et al. Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among prospective medical students. Asian J Psychiatr, 2013. 6(2): p. 128-33.
- [10] Phạm Thị Diệu Ngọc, Thực trạng rối loạn trầm cảm và một số yếu tố liên quan ở sinh viên trường Đại học Y khoa Vinh; Luận văn Thạc sĩ Y tế công cộng, trường ĐHY tế Công cộng, 2013.