XÁC ĐỊNH TỈ LỆ TRẦM CẢM - LO ÂU - STRESS CỦA HỌC SINH TRUNG HỌC CƠ SỞ TẠI TỈNH HƯNG YÊN

Ngô Anh Vinh[1], Đỗ Minh Loan[1], Phùng Thị Vân[1], Dương Thị Xuân[1]

TÓM TẮT

Mục tiêu: Xác định tỷ lệ trầm cảm - lo âu - stress của học sinh trung học cơ sở trên địa bàn tỉnh Hưng Yên. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 639 học sinh Trung học cơ sở tại trường Song Mai và Đức Hợp, huyện Kim Động, tỉnh Hưng Yên được khảo sát bằng thang đánh giá trầm cảm - lo âu - stress (DASS 42: Depression - Anxiety - Stress Scales). **Kết quả:** Tỉ lệ học sinh mắc rối loạn trầm cảm là 17,7%, lo âu là 35,4% và stress là 20,3%. Tỉ lệ mắc ít nhất một trong 3 rối loạn chiếm 42,2% trong đó mắc chỉ 1 rối loạn là 20,8%, 2 rối loạn là 11,7% và cả 3 rối loạn là 9,7%. Khối lớp 9 có tỷ lệ rối loạn trầm cảm và stress cao nhất so với các khối khác. **Kết luận:** Trầm cảm - lo âu - stress là các rối loạn tâm thần học đường thường gặp ở trẻ vị thành niên.

Từ khóa: Rối loạn tâm thần, stress, lo âu, trầm cảm, học sinh trung học cơ sở, DASS 42.

ABSTRACT

DETERMINED THE PREVALENCE OF DEPRESSION - ANXIETY - STRESS AMONG MIDDLE SCHOOL STUDENTS IN HUNG YEN PROVINCE

Purpose: This study determined the prevalence of depression - anxiety – stress among middle school students in Hung Yen province. **Subjects and study design:** A cross-sectional study was conductedin Song Mai and Duc Hop secondary schools in Hung Yen province. Totally, 639 studentswere recruited in the study. The Depression - Anxiety - Stress Scales (DASS 42) was used to obtain information. **Results:** The prevalence of depression, anxiety and stress were 17.7%,35.4%, and 20.3% respectively. The prevalence of students having at lease of them was 42.2%. There were 20.8% students suffering from 1 disorder, 11.7% from 2 disorders and 9.7% from 3 disorders.The prevalence of depression and stress was highest in grade 9th. **Conclusion:** Depression –Anxiety- Stress are common adolescent psychiatric disorders in school settings.

Keywords: Mental disorder, stress, anxiety, depression, middle school students, DASS 42.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Ngày nay, các rối loạn tâm thần học đường ở trẻ vị thành niên đặc biệt là trầm cảm, lo âu và stress ngày càng có xu hướng gia tăng. Các rối loạn tâm thần ảnh hưởng đến khoảng 20% trẻ em và vị thành niên ở mọi quốc gia trên thế giới [8]. Ở Việt Nam hiện nay, các chương trình học quá tải, áp lực trong các kỳ thi, sự kỳ vọng cao của gia đình và nhà trường là những yếu tố nguy cơ dẫn đến các rối loạn tâm thần học đường ở trẻ vị thành niên. Tuy nhiên, thực tế việc đánh giá các rối loạn này ở trẻ học đường ở nước ta còn chưa được quan tâm đúng mức. Vì thế, hiểu biết về thực trạng rối loạn tâm thần học đường ở trẻ vị thành niên là hết sức cần thiết để cộng đồng nhận thức đúng mức độ của vấn đề, các nhà hoạch định chính sách về giáo dục và y tế nói riêng có cơ sở xây dựng các chương trình và giải pháp giúp trẻ phát triển toàn diện khi trưởng thành.

Hưng Yên là đơn vị hành chính Việt Nam có dân số 1.352.621 người, đứng thứ 34 về dân số trong cả nước. Đây là một tỉnh nằm ở trung tâm đồng bằng sông Hồng, Việt Nam có trung tâm cách Thủ đô Hà Nội 54 km về phía đông nam. Chúng tôi làm nghiên cứu này nhằm mục tiêu xác định tỷ lệ trầm cảm - lo âu - stress của học sinh Trung học sở sở trên địa bàn tỉnh Hưng Yên.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

1. Đối tượng nghiên cứu

- Tiêu chuẩn lựa chọn: Học sinh Trung học cơ sở thuộc địa bàn tỉnh Hưng Yên.

1. Khoa Sức khỏe Vị thành niên - Bệnh viện Nhi Trung ương

Ngày nhận bài: 15/01/2021 | Ngày phản biện: 29/01/2021 | Ngày duyệt đăng: 05/02/2021

- Tiêu chuẩn loại trừ: Trẻ từ chối tham gia nghiên cứu, thông tin cung cấp không đầy đủ.

2. Thời gian và địa điểm nghiên cứu

- Thời gian: Từ 17 tháng 8 đến 22 tháng 8 năm 2019
- Địa điểm: 2 trường công lập Song Mai và Đức Hợp, huyện Kim Động, tỉnh Hưng Yên.

3. Thiết kế nghiên cứu: Nghiên cứu mô tả cắt ngang

4. Phương pháp chọn mẫu

- Chọn mẫu theo phương pháp chọn thuận tiện
- Chúng tôi chọn 2 trường THCS công lập thuộc địa bàn tỉnh Hưng Yên: trường Song Mai và Đức Hợp thuộc tỉnh Hưng Yên. Toàn bộ học sinh các khối lớp 6, lớp 7, lớp 8 và lớp 9.

Thực tế đã chọn được 639 học sinh theo phương pháp chọn mẫu này.

5. Phương pháp thu thập số liệu

Sử dụng phương pháp thu thập số liệu bằng bảng hỏi, bộ câu hỏi DASS 42 (Depression - Anxiety - Stress Scales). Bộ câu hỏi này đã được sử dụng trong nhiều nghiên cứu khoa học trên thế giới. Bộ câu hỏi cũng đã được sử trong nghiên cứu tại Việt Nam và đã được kiểm định. Thang điểm DASS gồm có 42 câu hỏi nhằm đánh giá về các lĩnh vực trầm cảm, lo âu và stress. Mỗi lĩnh vực có 14 mục được trộn lẫn trong toàn bộ thang đo do trẻ tự báo cáo theo 4 mức độ: *Hoàn toàn không đúng - Đúng 1 phần - Đúng nhiều - Hoàn toàn đúng.*

6. Các bước tiến hành

- Nghiên cứu viên giới thiệu chung về nghiên cứu: lí do tiến hành, mục tiêu, lợi ích của nghiên cứu.
- Hướng dẫn về quyền tham gia hoặc từ chối tham gia nghiên cứu.
- Hướng dẫn về bộ câu hỏi DASS 42, cách thức điền các thông tin và trả lời các câu hỏi (khoanh tròn vào câu lựa chọn)

7. Các phương pháp phân tích số liệu

- Xử lý số liệu: Sử dụng phần mềm SPSS 20.0 để phân tích dữ liệu.

8. Đạo đức nghiên cứu

- Nghiên cứu được chấp thuận bởi bố, mẹ hoặc người giám hộ trẻ và bản thân trẻ. Nghiên cứu hoàn toàn không ảnh hưởng đến sức khoẻ của trẻ.
- Gia đình trẻ không phải trả bất cứ chi phí nào liên quan đến nghiên cứu.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

1. Các đặc điểm chung

Bảng 1. Một số đặc điểm của đối tượng nghiên cứu

Các đặc điểm		Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	337	52,7
	Nữ	302	47,3
Khối lớp	Khối 6	173	27,1
	Khối 7	180	28,2
	Khối 8	158	24,7
	Khối 9	128	20,0
Tuổi trung bình	13,4 ± 1,07		

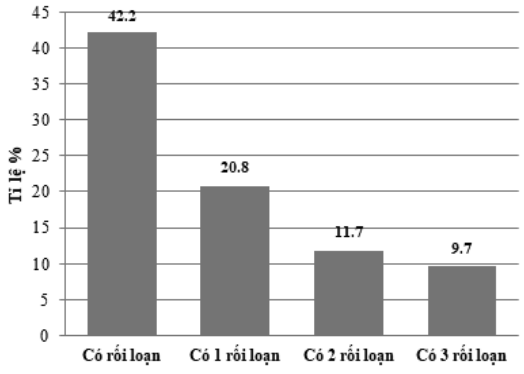
Nhận xét

- Tuổi: Độ tuổi trung bình của các học sinh trong nghiên cứu là 13,4 ± 1,07 tuổi. Các học sinh từ lớp 6 đến lớp 9 và chủ yếu ở lứa tuổi từ 12 đến 15 tuổi.
- Giới tính: Có 337 học sinh nam và 302 nữ, tỉ lệ nam/nữ là 1,12/1.

2. Thực trạng về rối loạn trầm cảm - lo âu - stress

2.1. Tỷ lệ mắc chung

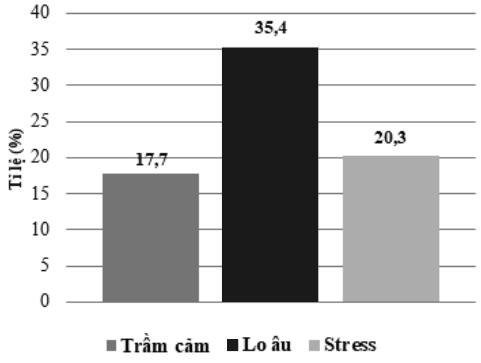
Biểu đồ 1. Phân bố các mức độ rối loạn



Nhận xét

Trong nghiên cứu chúng tôi, tỷ lệ học sinh có rối loạn (mắc ít nhất 1 trong 3 rối loạn trầm cảm, lo âu hoặc stress) chiếm 42,2%. Trong đó, tỉ lệ học sinh chỉ mắc 1 rối loạn là 20,8%, mắc 2 rối loạn là 11,7% và mắc cả 3 rối loạn là 9,7%.

Biểu đồ 2. Tỉ lệ mắc các rối loạn trầm cảm - lo âu - stress



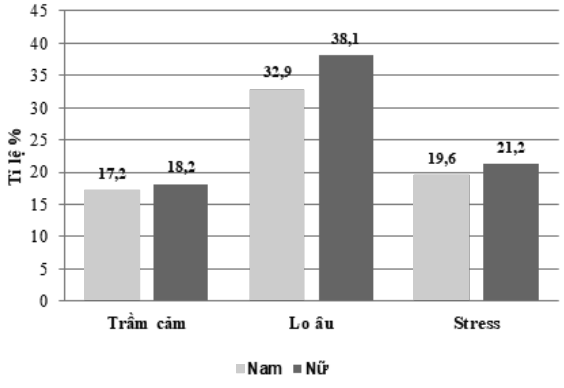
Nhận xét

Tỉ lệ học sinh có rối loạn lo âu cao nhất chiếm 35,4%, tiếp theo là stress 20,3%, trầm cảm chiếm 17,7%.

2.2. Phân bố các rối loạn trầm cảm - lo âu - stress

2.2.1. Phân bố theo giới tính

Biểu đồ 3. Phân bố rối loạn trầm cảm - lo âu - stress theo giới tính

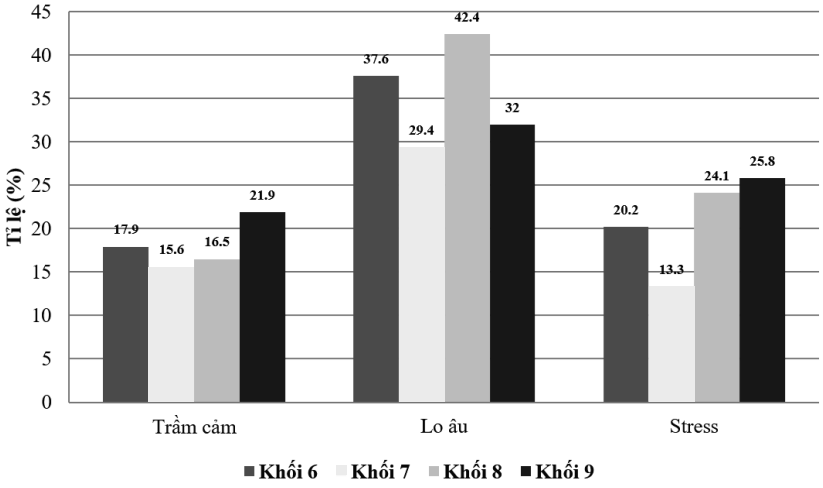


Nhận xét

Kết quả cho thấy tỷ lệ mắc các rối loạn trầm cảm - lo âu - stress ở nữ đều cao hơn nam. Cụ thể, tỉ lệ trầm cảm - lo âu - stress stress ở nữ và nam theo thứ tự là 18,2% và 17,2%; 38,1% và 32,9%; 21,2% và 19,6%. Tuy nhiên sự khác biệt về các rối loạn này giữa 2 giới lại không có ý nghĩa thống kê (p>0,05).

2.2.2. Phân bố các rối loạn theo khối lớp

Biểu đồ 4. Phân bố rối loạn trầm cảm - lo âu - stress theo khối lớp



Nhận xét

Tỉ lệ học sinh khối lớp 9 mắc trầm cảm và stress nhiều nhất (21,9% và 25,8%), trong khi đó khối lớp 8 mắc lo âu nhiều nhất (42,4%).

IV. BÀN LUẬN

1. Thực trạng về các rối loạn trầm cảm - lo âu - stress

Trong nghiên cứu chúng tôi, tỷ lệ học sinh có rối loạn (có mắc ít nhất 1 trong 3 rối loạn trầm cảm- lo âu - stress) chiếm 42,2% và không mắc bất cứ rối loạn nào chiếm 57,8% (Biểu đồ 1). Trong đó, tỉ lệ học sinh có rối loạn trầm cảm là 17,7%, lo âu là 35,4% và stress là 20,3% (Biểu đồ 2). Tỉ lệ học sinh chỉ mắc 1 rối loạn là 20,8%, mắc 2 rối loạn là 11,7% và mắc cả 3 rối loạn là 9,7% (Biểu đồ 1).

Các nghiên cứu ở nước ngoài đều cho thấy các rối loạn về sức khoẻ tâm thần đặc biệt là trầm cảm - lo âu - stress ở trẻ em trên thế giới chiếm một tỷ lệ đáng kể và ngày càng tăng theo thời gian. Trong nghiên cứu của Khalid, bằng phương pháp lấy mẫu ngẫu nhiên có hệ thống và cũng sử dụng bảng câu hỏi DASS 42 (tương tự như chúng tôi) để đánh giá mức độ trầm cảm, lo âu và stress trên 1.723 học sinh nam Trung học phổ thông tại Ả rập Xê út từ lớp 10 đến lớp 12. Kết quả chỉ ra rằng có gần 2/3 số học sinh (59,4%) mắc ít nhất 1 trong 3 rối loạn trên. Trong đó 40,7% học sinh mắc ít nhất 2 rối loạn và hơn 1/5 số học sinh (22,6%) mắc cả 3 rối loạn trên. Cũng trong khảo sát này, có khoảng 1/3 học sinh (38,2%) mắc chứng trầm cảm, trong khi có 48,9% mắc lo âu và 35,5% bị stress [4]. Nhìn chung, tỷ lệ mắc các rối loạn này đều cao hơn so với khảo sát của chúng tôi. Khảo sát này cũng cho thấy tỉ lệ học sinh mắc lo âu cao hơn so với các rối loạn còn lại, tương tự như chúng tôi. Tuy nhiên, nghiên cứu của tác giả Khalid chỉ giới hạn ở học sinh nam nên chưa xác định được tỷ lệ mắc chung cả nam và nữ. Ngoài ra, độ tuổi của học sinh trong nghiên cứu của Khalid dao động từ 15 đến 19 tuổi, trung bình là 16,8 ± 1,3, cao hơn so với nghiên cứu của chúng tôi (12 đến 15 tuổi, trung bình là 13,4 ± 1,07 tuổi). Vì thế, đây cũng có thể là lý do dẫn đến tỷ lệ mắc các rối loạn trong nghiên cứu này cao hơn so với chúng tôi.

Trong một điều tra cắt ngang về rối loạn trầm cảm - lo âu - stress của Raman Kumar Sandal và cộng sự trên 470 học sinh từ lớp 9 đến 12 tại các trường công lập ở Ấn Độ có sử dụng thang điểm DAS 21 với phương pháp bốc thăm ngẫu nhiên. Kết quả cho thấy tỷ lệ mắc rối loạn trầm cảm - lo âu - stress lần lượt là 65,53%, 80,85%, 47,02% [5]. Đây là một tỷ lệ khá cao nếu so với khảo sát của chúng tôi cũng như tác giả Khalid. Tuy nhiên, điều khác biệt so với chúng tôi là nghiên cứu này đã sử dụng công cụ đánh giá là bảng DASS 21.

Ở Việt Nam từ trước đến nay đã có một số nghiên cứu về rối loạn tâm thần học đường ở học sinh trung học cơ sở. Điều tra của tác giả Hoàng Cẩm Tú và Đặng Hoàng Minh năm 2009 trên 1.727 học sinh trung học cơ sở từ 11 đến 15 tuổi ở Hà Nội cho thấy tỉ lệ trẻ mắc các vấn đề về sức khoẻ tâm thần chiếm khoảng 25%. Trong đó có 50% trẻ có rối loạn cần hỗ trợ thuộc các vấn đề hướng nội biểu hiện dưới dạng rối loạn cảm xúc lo âu - trầm cảm và hướng ngoại như có hành vi hung tính bao gồm công kích hoặc làm sai quy tắc xã hội [1]. Một điều tra khác của Nguyễn Cao Minh năm 2012 về tỷ lệ trẻ em và vị thành niên miền Bắc có các vấn đề sức khỏe tâm thần ở các tỉnh Hà Nội, Hải Phòng, Thái Nguyên và Hòa Bình. Kết quả cho thấy có 18% trẻ có nguy cơ mắc phải các vấn đề về sức khoẻ tâm thần nói chung trong đó có 2,7% vấn đề về chú ý, 6,6% thu mình trầm cảm và hành vi hung tính chiếm 5,4% [2].

Mặc dù các nghiên cứu này đánh giá về rối loạn sức khoẻ tâm thần ở học sinh trung học, song không đánh giá cụ thể về 3 rối loạn trầm cảm - lo âu - stress cũng như không sử dụng thang điểm DASS. Nhìn chung, các nghiên về vấn đề sức khỏe tâm thần học đường ở Việt Nam hiện nay còn hạn chế, thực hiện ở các khu vực đơn lẻ (chủ yếu ở Hà Nội).

Hiện nay, các nghiên cứu ở nước ngoài cũng cho rằng, bảng DASS là công cụ có giá trị trong chẩn đoán sàng lọc các rối loạn trầm cảm - lo âu - stress. Đây là bảng có thể giúp đánh giá nhanh với độ nhạy và độ đặc hiệu tương đối cao trong sàng lọc các rối loạn này. Tuy nhiên, bảng DASS vẫn chỉ là công cụ hỗ trợ chẩn đoán ban đầu về rối loạn trầm cảm - lo âu - stress. Vì thế để có thể chẩn đoán đầy đủ và chính xác hơn, chúng tôi cho rằng cần có những nghiên cứu sâu hơn để đánh giá hành vi - thái độ của học sinh, phụ huynh và giáo viên liên quan đến lĩnh vực này. Ngoài ra, cần có sự đánh giá kết hợp giữa bác sĩ với chuyên gia tâm lý nhằm đưa ra các biện pháp phòng ngừa và can thiệp kịp thời.

2. Phân bố tỉ lệ mắc các rối loạn trầm cảm, lo âu và stress

2.1. So sánh theo giới tính

Kết quả trong nghiên cứu của chúng tôi đã cho thấy tỷ lệ mắc trầm cảm - lo âu - stress ở nữ đều cao hơn ở nam với các kết quả theo từng lĩnh vực trên lần lượt là 18,2% và 17,2%; 38,1% và 32,9%; 21,2% và 19,6% (Biểu đồ 3). Tuy nhiên sự khác biệt về các rối loạn này giữa 2 giới lại không có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê (p>0,05).

Trong nghiên cứu Raman Kumar Sandal tại Ấn Độ trên các học sinh từ lớp 9 đến 12 sử dụng thang điểm DASS 21 cũng đã đưa ra kết quả cho thấy tỷ lệ mắc các rối loạn trầm cảm - lo âu- stress ở nữ cao hơn nam [3]. Cũng tương tự, nghiên cứu được thực hiện bởi Sharma và Kirmani trên 218 học sinh tại Ấn Độ cho thấy rằng học sinh nữ có tỷ lệ trầm cảm cao hơn nam [7].

Một khảo sát khác của tác giả Reem Alharbi năm 2019 về các rối loạn tâm thần học đường gồm trầm cảm - lo âu - stress tại tiểu vương Quốc Ả Rập trên 1.245 học sinh từ 13 đến 19 tuổi. Kết quả cho thấy tỉ lệ mắc trầm cảm - lo âu - stress ở nữ cao hơn nam (55,6% so với 44,4%) với sự khác biệt có ý nghĩa (p <0,05) [6]. Tuy nhiên, nghiên cứu này đánh giá mức độ trầm cảm của học sinh bằng cách sử dụng bảng câu hỏi PHQ-9 (Patient Health Questionnaire). cũng như bảng câu hỏi GAD -7 (General Anxiety Disorder) để đánh giá lo âu [6]. Đây là 1 điểm khác biệt so với nghiên cứu của chúng tôi khi tác giả sử dụng những bảng câu hỏi này.

Các nghiên cứu trên đều có những điểm tương đồng so với chúng tôi là đánh giá tại học sinh trung học và tại các nước khu vực châu Á. Kết quả đều cho thấy học sinh nữ có xu hướng mắc các rối loạn trầm cảm - lo âu- stress nhiều hơn học sinh nam. Ngoài ra, các nghiên cứu cũng cho rằng các rối loạn trầm cảm - lo âu - stress đang có xu hướng gia tăng ở trẻ vị thành niên và thanh thiếu niên [5], [6].

2.2. Phân bố tỉ lệ trầm cảm -lo âu - stress theo khối lớp

Trong nghiên cứu của chúng tôi, có sự khác nhau giữa các khối lớp về các rối loạn trầm cảm - lo âu - stress. Cụ thể: tỉ lệ học sinh ở khối lớp 9 mắc trầm cảm và stress nhiều nhất (21,9% và 25,8%), trong khi đó khối lớp 8 mắc lo âu nhiều nhất (42,4%). Trong khi đó với khối lớp 7, tỉ lệ trầm cảm - lo âu - stress lại thấp nhất so với các khối lớp khác (Biểu đồ 4). Kết quả này cho thấy tỉ lệ mắc trầm cảm - lo âu - stress thường cao hơn ở các năm học chuyển cấp (lớp 8, lớp 9). Theo chúng tôi, đây là giai đoạn sắp chuyển giao giữa các cấp học nên trẻ dễ bị những tác động về tâm lý như áp lực và kỳ vọng thi cử của bản thân, bố mẹ và nhà trường nên trẻ dễ mắc các rối loạn như trên..

Một điều tra ở nước ngoài của tác giả Reem Alharbi và cộng sự về tình trạng trầm cảm - lo âu - stress trên các học sinh trung học có độ tuổi từ 13 đến 19 tuổi, cho thấy khi so sánh từng độ tuổi đã cho thấy không có sự khác biệt đáng kể giữa về các rối loạn này. Mặc dù nhóm tuổi nhóm 17 đến 18 tuổi có mức độ trầm cảm cao hơn so với các nhóm tuổi khác nhưng sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê (p= 0,176) [6].

Trong khảo sát của Raman Kumar Sandal và cộng sự trên các học sinh có độ tuổi từ 16 đến 19 tuổi

(lớp 9 đến lớp 12) tại Ấn Độ, kết quả cho thấy tỉ lệ trầm cảm cao nhất ở các học sinh lớp 12, trong khi đó học sinh lớp 10 có tỉ lệ lo âu cao nhất và với lớp 9 thì tỉ lệ stress lại cao nhất. Kết quả cũng cho thấy, tỉ lệ mắc trầm cảm và lo âu cao nhất là ở lứa tuổi 18 [5]. Một điều tra khác được thực hiện bởi Deb và cộng sự trên các học sinh trung học phổ thông ở Ấn Độ đã cho thấy tuổi càng cao, tỷ lệ mắc trầm cảm - lo âu - stress cũng ngày càng gia tăng và tỷ lệ trầm cảm cao nhất là ở 18 tuổi [3]. Các khảo sát ở nước ngoài đều cho rằng, xu hướng mắc các rối loạn trầm cảm - lo âu- stress gia tăng theo tuổi và đây có thể là do những khó khăn cũng như thách thức mà trẻ vị thiếu niên phải đối mặt trong xã hội phát triển [5], [6].

KẾT LUẬN

Trầm cảm - lo âu - stress là các rối loạn tâm thần học đường thường gặp ở trẻ vị thành niên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Đặng Hoàng Minh, Hoàng Cẩm Tú (2009). Thực trạng sức khoẻ tâm thần của học sinh THCS ở Hà Nội và nhu cầu tham vấn sức khỏe tâm thần học đường. *Tạp chí Khoa học Xã hội và Nhân văn.* Tập 25, số 1S, trang 106-112.

2. Nguyễn Cao Minh (2012). Điều tra tỷ lệ trẻ em và vị thành niên miền Bắc có các vấn đề sức khỏe tâm thần. *Luận văn Thạc sĩ,* Hà Nội.

3. Deb S, Strodl E, Sun J (2015). Academic stress, parental pressure, anxiety and mental health among Indian high school students. *Int J Psychol Behav Sci,* 5(1): 26-34.

4. Khalid S Al-Gelban (2007), Depression, anxiety and stress among Saudi adolescent school boys. *Perspectives in Public Health.* 127 (1): 33-7.

5. Raman Kumar Sandal, Naveen Krishan Goel, Manoj Kumar Sharma (2017). Prevalence of depression, anxiety and stress among school going adolescent in Chandigarh. *J Family Med Prim Care.* 6(2):405-410.

6. Reem Alharbi, Khalid Alsuhaibani, Abdullah Almarshad (2019). Depression and anxiety among high school student at Qassim Region. *J Family Med Prim Care.* 8 (2): 504–510.

7. Sharma P, Kirmani MN (2015). Exploring depression & anxiety among college going students. *Indian J Sci Res,* 4 (6): 528-532.

8. WHO (2005). Child and Adolescent Mental Health Policities and Plans. Mental Health Policy and Serivce Guidence Package. *World Health Organization, Geneva.*