SỨC KHỎE TÂM THẦN

TÓM TẮT

Bối cảnh: Có rất ít các nghiên cứu tìm hiểu về vấn đề sức khỏe tâm thần (SKTT) của sinh viên các trường Đại học/Cao đẳng ở khu vực Đông Nam Á, đặc biệt là ở Việt Nam. Nghiên cứu này tiến hành nhằm xác định một số vấn đề về sức khỏe tâm thần, các yếu tố nguy cơ cũng như bảo vệ đối với vấn đề này ở sinh viên chính quy của 2 khoa Y tế công cộng (YTCC) và Điều dưỡng (ĐD) tại Đại học Y Dược Tp.HCM (ĐHYD TP.HCM),

Việt Nam.

Mục tiêu: Xác định các vấn đề về SKTT và các yếu tố liên quan (bao gồm cả yếu tố bảo vệ và yếu tố nguy cơ) có tác động đến SKTT của sinh viên khoa YTCC và ĐD tại ĐHYD TP.HCM.

Phương pháp: Nghiên cứu sử dụng thiết kế mô tả cắt ngang trên 401 sinh viên của 2 khoa. Bộ câu hỏi tự điền được thiết kế gồm các đề mục về đặc tính dân số, cấu trúc chức năng gia đình, các sự kiện gây áp lực trong cuộc sống và sự gắn bó của sinh viên đối với nhà trường. Ngoài ra, bộ câu hỏi cũng sử dụng những thang đo về các mức độ Trầm cảm, Lo âu, Hạnh phúc và Hy vọng

Kết quả: Sinh viên nữ có khuynh hướng lo âu nhiều hơn nhưng lại ít trầm cảm hơn sinh viên nam. Những yếu tố gia đình có ảnh hưởng đến mức độ trầm cảm của sinh viên nam trong khi những yếu tố liên quan đến môi trường học tập có mối liên hệ mạnh mẽ với mức độ trầm cảm của sinh viên nữ. Chiều hướng tích cực của sức khỏe tâm thần được đo lường thông qua các thang đo về hạnh phúc và hy vọng trên sinh viên nam chịu ảnh hưởng của các yếu tố liên quan đến nhà trường. Đối với nữ, tất cả các nhóm biến độc lập bao gồm các đặc điểm về gia đình, nhà trường và xã hội, đều có tác động đến cảm nhận về hạnh phúc và hy vọng của họ.

Kết luận: SKTT của đối tượng sinh viên không chỉ chịu ảnh hưởng của chất lượng môi trường học tập và gia đình mà còn bị chi phối bởi các đặc điểm cá nhân và xã hội. Những nỗ lực để nâng cao SKTT của sinh viên các trường Đại học/Cao đẳng là rất quan trọng, đặc biệt là ở các quốc gia có tốc độ phát triển kinh tế và biến đổi xã hội nhanh như Việt Nam. Đây là vấn đề cần được ưu tiên trong chương trình y tế công cộng để có thể làm tăng sự quan tâm và hỗ trợ của xã hội cho những dịch vụ tham vấn và các chiến lược can thiệp sớm để cải thiện SKTT cho thế hệ tương lai của tổ quốc.

Từ khóa: Sức khỏe tâm thần, Trầm cảm, Lo âu, Hạnh phúc, Hy vọng, Sinh viên.

ABSTRACT

Background: There has been very little research conducted on the mental health status of university students in South East Asia countries, especially in Vietnam. We conducted this study to identify the types of mental health problems and risk and protective factors influencing the mental health of undergraduate Bachelor of Public Health and Nursing students in Ho Chi Minh City University of Medicine and Pharmacy (HCMC UMP), Vietnam.

Objectives: To identify mental health problems and associated factors (including both protective and risk factors) that influence the mental health of undergraduate bachelor public health and nursing students in Ho Chi Minh City University of Medicine and Pharmacy, Vietnam

Methods: A cross-sectional survey was conducted with a total of 401 students participated. The questionnaire included items on demographics, family structure and functioning, stressful life events and student's connectedness with their university. Moreover, Standard scales for Depression, Anxiety and Self-Esteem, Happiness and Hopefulness were used.

Results: The results indicated that female students tend to be more anxious but less depressed than male counterparts. Familial factors appeared to be influential in the depression levels of male students, while school

environmental factors were more strongly associated with female depression. Positive mental health and well-being, as measured by happiness and hope, was impacted upon by school factors, but not family and social factors, in male students. For women, three groups of independent factor, namely family, school and social characteristics, influenced the extent to which they were hopeful or happy.

Conclusions: Students' mental health is not only affected by the quality of family and school environments but also by personal and social characteristics. Efforts to promote the mental health of university students are important, especially in countries in undergoing rapid economic and social change, such as Vietnam. The issue needs to be prioritised on the national public health agenda in order to increase awareness of need for support, to advocate for student counselling services and generate early intervention strategies for these young people.

Keywords: Mental health, Depression, Anxiety, Hope, Happiness.

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trong bối cảnh xã hội đương đại, sự phát triển vượt bậc của khoa học kỹ thuật kéo theo những biến đổi về mặt văn hóa xã hội ảnh hưởng đến các mối quan hệ tinh thần giữa người và người. Số hiện mắc và những vấn đề SKTT trong cộng đồng ngày một tăng, đặc biệt là ở nhóm vị thành niên và thanh niên. Đây cũng được nhận định là một thử thách mới của Y tế công cộng. Trên thế giới, đã có rất nhiều nghiên cứu về SKTT của thanh niên, bao gồm cả nhóm sinh viên các trường đại học cao đẳng, được triển khai; đặc biệt là ở các quốc gia nói tiếng Anh. Tuy nhiên, vấn đề này vẫn còn khá mới mẻ đối với khu vực Đông Nam Á nói chung và ở Việt Nam nói riêng. Và do đó, so với các lĩnh vực khác của chăm sóc y tế, SKTT chưa nhận được sự quan tâm đúng mức. Trong báo cáo của WHO năm 2006 về chăm sóc SKTT ở Việt Nam, tác giả Trudy Harpham và Trần Tuấn nhận định rằng "Ở Việt Nam, những bằng chứng về gánh nặng bệnh tật do các vấn đề về sức khỏe tâm thần gây ra khá phức tạp và những nghiên cứu trên lĩnh vực này chưa được phát triển"[**(Error! Reference source not found.,Error! Reference source not found.)**]. Xuất phát từ nhu cầu muốn tìm hiểu về các vấn đề SKTT và các yếu tố liên quan (bao gồm cả yếu tố bảo vệ và yếu tố nguy cơ) ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần của sinh viên như thế nào, chúng tôi tiến hành nghiên cứu trên đối tượng sinh viên khoa YTCC và sinh viên khoa Điều dưỡng tại Đại học Y Dược

Tp.HCM với giả thuyết nghiên cứu rằng các yếu tố gia đình, nhà trường và các mối quan hệ xã hội có mối liên quan đến tình trạng sức khỏe tâm thần của sinh viên (làm giảm trầm cảm, lo âu; đồng thời làm tăng mức độ hạnh phúc và hy vọng)

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Thiết kế NC

Cắt ngang mô tả

Cỡ mẫu và đối tượng nghiên cứu

401 sinh viên khoa YTCC và khoa ĐD, ĐHYD TP.HCM

Thời gian nghiên cứu

01/2009 – 06/2009

Phương pháp và Công cụ nghiên cứu

Phỏng vấn gián tiếp qua Bộ câu hỏi tự điền

Kiểm soát sai lệch chọn lựa và sai lệch thông tin

Do chọn mẫu toàn bộ nên hạn chế tối đa sai lệch chọn lựa. Ngoài ra, việc tập huấn điều tra viên và nghiên cứu pilot được tiến hành trước đó cũng phần nào giúp hạn chế được sai lệch trong quá trình thu thập thông tin

Phân tích và xử lý số liệu

Số liệu được nhập bằng Epi Data 3.02 và phân tích bằng SPSS 17.0

Vấn đề Y đức

Nghiên cứu đảm bảo tính bí mật về mặt thông tin cho đối tượng tham gia nghiên cứu và đã được sự chấp thuận của Hội đồng Y Đức trường ĐH Công nghệ Queensland, Australia.

KẾT QUẢ

Độ tuổi trung bình của đối tượng tham gia nghiên cứu là 21,2 tuổi (độ lệch chuẩn là 1,9). Trong đó, tỉ lệ sinh viên của 2 khoa, YTCC & Điều dưỡng, tham gia trong nghiên cứu lần lượt là 44,1% và 55,9%. Tuy nhiên, kết quả cũng cho thấy số sinh viên nữ tham gia vào nghiên cứu cao hơn rất nhiều so với số sinh viên nam. 96,3% đối tượng là dân tộc Kinh, số còn lại là dân tộc Hoa, Chăm và Khơ me.

Bảng 1: Đặc điểm chung của dân số nghiên cứu

Đặc điểm	Tần số	Tỉ lệ (%)
Khoa (n=401)		
Y tế công cộng	177	44,1
Điều dưỡng	224	55,9

Đặc điểm	Tần số	Tỉ lệ (%)
Giới tính (n=401)		
Nam	93	23,2
Nữ	308	76,8
Năm học (n=401)		
Năm thứ 1	81	20,2
Năm thứ 2	112	27,9
Năm thứ 3	105	26,2
Năm thứ 4	103	25,7
Dân tộc (n=401)		
Kinh	386	96,3
Hoa	8	2,0
Khác	7	1,7
Tôn giáo (n=401)		
Không	240	59,9

Đặc điểm	Tần số	Tỉ lệ (%)
Có theo 1 tôn giáo	161	40,1
Tình trạng kinh tế gia đình (n=401) Khá giả Trung bình Thấp/khó khăn	 15 365 21	 3,8 91,0 5,2

Bảng 2 trình bày kết quả t-test trong khi so sánh trung bình của các chỉ số trầm cảm, lo âu, hy vọng và hạnh phúc ghi nhận theo khoa và theo năm học của đối tượng nghiên cứu. Dựa trên kết quả, chúng ta thấy rằng dường như sinh viên Điều dưỡng lạc quan về tương lai hơn sinh viên YTCC. Giữa sinh viên các năm, mặc dù kết quả chưa tìm thấy sự khác biệt về trầm cảm và lo âu nhưng lại tìm được sự khác biệt rõ ràng trong nhận định của họ về hy vọng và hạnh phúc. Sinh viên năm thứ 4 cảm thấy họ có nhiều hy vọng và hạnh phúc hơn sinh viên các năm dưới

Bảng 2: Mối liên quan giữa Trầm cảm, Lo âu, Hy vọng và Hạnh phúc với sinh viên giữa 2 khoa và giữa các năm học

Thang đo	Khoa			Năm học				
	YTCC (n=177)	ĐD (n=224)	t-test (p-value)	Năm 1 (n=81)	Năm 2 n=112	Năm 3 n=105	Năm 4 n=103	ANOVA (p_ value)
	Mean (SD)	Mean (SD)		Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	Mean (SD)	
Trầm cảm	17,6 (6,3)	16,5 (6,6)	1,7 (0,90)	17,8 (6,4)	17,5 (6,9)	16,4 (5,7)	16,5 (6,7)	0,3
Lo âu	25,2 (4,7)	25,6 (4,1)	-0,8 (0,08)	26,0 (4,5)	25,3 (4,2)	26,1 (4,4)	24,6 (4,5)	0,07
Hy vọng	47,5 (8,3)	48,4 (6,8)	-1,2 (0,01)	47,5 (7,5)	46,9 (8,6)	48,0 (6,4)	49,7 (6,9)	0,04
Hạnh phúc	16,8 (3,9)	17,2 (3,8)	-0,9 (0,9)	16,9 (4,2)	16,3 (4,0)	17,2 (3,4)	17,9 (3,7)	0,02

Bảng 3 dưới đây tổng hợp các mối liên quan giữa sự trầm cảm và các biến số độc lập, được phân theo giới tính. Sự quan tâm chăm sóc của cha mẹ và mối gắn kết với nhà trường có liên quan đến sự trầm cảm của đối tượng

nghiên cứu. Ngoài ra, kết quả phân tích cũng cho thấy thành tích học tập và các mối quan hệ xã hội có ảnh hưởng mạnh mẽ đến sự trầm cảm ở nhóm nữ sinh viên.

Bảng 3. Mối liên quan giữa các yếu tố Gia đình, nhà trường và quan hệ xã hội với Sự trầm cảm (chia theo giới tính)

Các yếu tố Gia đình, Nhà trường và Quan hệ XH	Nam			Nữ		
	B	T	p-value	B	T	p-value

Sự q.tâm của mẹ	-1,0 1,6	-2,2 3,8	0,02 0,00	0,7	2,7	0,006
Sự q.tâm của cha	-0,4	-2,7	0,00	-0,2	-2,3	0,021
Gắn kết với nhà trường				-0,3	-3,0	0,002
Thành tích học tập				-0,5 -0,7	-5,0 -6,1	0,000 0,000
Quan hệ xã hội						
Tự nhận thức về bản thân (tự trọng)						
Năm học TĐHV của mẹ	-1,5 4,1	-2,4 2,1	0,01 0,03			

Bảng 4: Mối liên quan giữa các yếu tố Gia đình, nhà trường và quan hệ xã hội với Sự lo âu (chia theo

giới tính)

Các đặc điểm về Gia đình, nhà trường và QHXH	Nam			Nữ		
	B	T	p-value	B	T	p-value
Gắn kết với nhà trường	0,3	-2,5	0,012	-0,2	-3,6	0,000
Thành tích học tập				-0,3	-5,1	0,000
Quan hệ xã hội				-0,4	-6,6	0,000
Diện mạo bản thân (vẻ bề ngoài)				-0,2	-3,0	0,003
Xung đột giữa				0,7	2,3	0,021

ACE TĐHV của mẹ Nghề nghiệp của mẹ	3,4 - 2,1	3,5 -2,1	0,001 0,031			

Bảng 5 và 6 cho thấy cảm nhận về hạnh phúc và hy vọng ở cả nam và nữ đối tượng nghiên cứu chịu tác động mạnh mẽ bởi yếu tố thành tích học tập. Trong khi sự gắn kết với nhà trường có tác động đến hạnh phúc của nam đối tượng; thì diện mạo bên ngoài và xung đột của cha mẹ có mối liên quan đến sự hạnh phúc và hy vọng của nữ đối tượng.

Bảng 5: Mối liên quan giữa các yếu tố Gia đình, nhà trường và quan hệ xã hội với Sự hạnh phúc (chia theo giới tính)

Các đặc điểm về Gia đình, nhà trường và QHXH	Nam			Nữ		
	B	T	p-value	B	T	p-value
Gắn kết với nhà trường	0,1 0,2	2,2 2,4	0,024 0,016	0,3	4,5	0,000

Các đặc điểm về Gia đình, nhà trường và QHXH	Nam			Nữ		
	B	T	p-value	B	T	p-value
Thành tích học tập				0,3	4,0	0,000
Diện mạo bản thân (vẻ bề ngoài)						
Cha mẹ có xg đột				-1,5	-2,9	0,003

Bảng 6: Mối liên quan giữa các yếu tố Gia đình, nhà trường và quan hệ xã hội với Sự hy vọng (chia theo giới tính)

Các đặc điểm về Gia đình, nhà trường và QHXH	Nam			Nữ		
	B	T	p-value	B	T	p-value

Thành tích học tập Diện mạo bản thân	0,8	3,3	0,001	0,9 0,6	8,4 4,8	0,000 0,000
Năm học Kinh tế gia đình TĐHV của cha				1,0 3,1 -2,7	2,9 2,2 -2,5	0,004 0,023 0,011

BÀN LUẬN

Kết quả nghiên cứu cho thấy, SKTT của sinh viên YTCC và Điều dưỡng - Đại học Y dược Tp.HCM chịu ảnh hưởng bởi rất nhiều yếu tố, bao gồm các yếu tố thuộc về cá nhân, quá trình đào tạo và nghề nghiệp tương lai. Điều này phù hợp với mô hình các nguyên nhân và kết quả của các stress âm tính trên sinh viên của tác giả Dyrbye và cộng sự [**(Error! Reference source not found.)**]. Chưa tìm thấy mối liên quan giữa các yếu tố gia đình và chiều hướng tốt của tình trạng sức khỏe tâm thần trên nam; tuy nhiên, nghiên cứu đã tìm thấy ở nữ có mối liên hệ giữa vấn đề trên với trình độ học vấn của cha (cao), xung đột cha mẹ (ít) và tình trạng kinh tế gia đình (khá giả). Kết quả nghiên cứu của

North Rebecca và cộng sự tiến hành năm 2008 cũng cho kết quả tương tự (**Error! Reference source not found.**). Ở Việt Nam, có nhiều ý kiến cho rằng những gia đình có tình trạng kinh tế tốt và cha mẹ có trình độ học vấn cao có thể mang đến nhiều hỗ trợ cho con cái, làm tăng cảm nhận về hạnh phúc cho con họ.

Môi trường học tập cũng có liên quan đến các hành vi nguy cơ cũng như cảm nhận về hạnh phúc và hy vọng của đối tượng nghiên cứu. Năm học có mối liên quan đến sự trầm cảm của nam đối tượng, họ cảm thấy càng về các năm cuối, áp lực càng lớn. Trong khi sinh viên năm thứ 1 thường đối mặt với những thử thách đến từ yếu tố gia đình và bạn bè, sự chuyển tiếp môi trường học tập từ phổ thông lên đại học, sự thích nghi với môi trường học tập mới thì sinh viên các năm về sau đối mặt với những áp lực về thành tích học tập, các mối quan hệ, nghề nghiệp tương lai và kỳ vọng của cha mẹ. Cảm nhận về sự gắn kết giữa sinh viên với nhà trường có liên quan đến thành công của họ. Trong nghiên cứu này, sự gắn kết giữa nhà trường và sinh viên càng mạnh thì càng làm giảm trầm cảm, giảm ý định tự tử và giảm lo âu đối với nữ đối tượng. Một nghiên cứu đoàn hệ được thực hiện tại Atlanta, USA trên thanh thiếu niên và một nghiên cứu được thực hiện gần đây ở Đài Loan cũng cho kết quả tương tự (**Error! Reference source not found.**,**Error! Reference source not found.**).

Có thể nói rằng thành tích học tập có tác động đáng kể đến tình trạng SKTT của sinh viên, đặc biệt là đối với nữ, nó gây ra nhiều áp lực hơn so với nam. Điều này cũng phù hợp với các đặc tính xã hội của sinh viên Việt Nam, thậm chí cũng đúng với bối cảnh xã hội các nước phương Tây (**Error! Reference source not found.**,**Error! Reference source not found.**,**Error! Reference source not found.**,**Error! Reference source not found.**,**Error! Reference source not found.**).

Các mối quan hệ xã hội đóng vai trò khá quan trọng trong vấn đề SKTT, đặc biệt là đối với trầm cảm và lo âu (**Error! Reference source not found.**,**Error! Reference source not found.**). Sinh viên nữ đặc biệt chú ý đến diện mạo bên ngoài của mình so với nam. Điều này cũng đóng góp vào mức độ lo âu của họ. Tự tin vào diện mạo bên ngoài giúp nữ sinh viên cảm thấy hạnh phúc hơn và có hy vọng hơn vào tương lai.

KẾT LUẬN – KIẾN NGHỊ

Kết quả từ nghiên cứu này cho thấy những bằng chứng đáng kể về tính phức tạp của những yếu tố đóng góp vào sự cải thiện tình trạng SKTT của đối tượng sinh viên, không những chỉ là những mối quan hệ gia đình, thành tích học tập và chất lượng cuộc sống mà còn bao gồm cả cấu trúc gia đình, sự gắn kết với nhà trường, sự thay đổi trong nhu cầu xã hội và môi trường học tập. Nghiên cứu cũng cho thấy trình độ học vấn của cha, xung đột giữa cha mẹ và tình trạng kinh tế gia đình có tác động mạnh mẽ đến mức độ trầm

cảm, hy vọng và hạnh phúc của những nữ sinh viên. Kinh tế gia đình và những hỗ trợ từ phía gia đình tỉ lệ thuận với mức độ hạnh phúc. Tương tác tốt giữa đối tượng và các thành viên trong gia đình có khả năng làm giảm nguy cơ trầm cảm, lo âu và các hành vi nguy cơ. Ngoài ra, kết quả từ nghiên cứu cũng cho thấy người mẹ đóng vai trò rất quan trọng trong việc chia sẻ cảm xúc với con cái.

Do hạn chế về mặt thời gian, nghiên cứu này chỉ dừng ở mức định hướng, cần có những nghiên cứu tiếp theo để làm sáng tỏ nguyên nhân, hậu quả và các giải pháp cho những vấn đề này thay vì chỉ đơn giản là xác định nó. Yếu tố kinh tế gia đình và môi trường học tập cũng cần được đo lường kỹ hơn, qua những câu hỏi chi tiết hơn để khám phá các tác động, cả tốt lẫn xấu, đến vấn đề SKTT trên đối tượng sinh viên.