

# Đánh giá tỷ lệ và mức độ nhận thức của sinh viên y khoa về trầm cảm chủ yếu tại Trường Đại học Nam Cần Thơ

Evaluation of Prevalence and Cognition Rates of Major Depressive Disorder Among Medical Students at Nam Can Tho University

Lê Ngọc Như Ý✉, Ngô Minh Hùng, Dương Văn Phiếu  
Trần Khôi Minh, Bùi Xuân Trà, Dương Hoàng Ngọc Thảo  
Trường Đại học Nam Cần Thơ

## Tác giả liên hệ

ThS.BSNT. Lê Ngọc Như Ý  
Trường Đại học Nam Cần Thơ  
Email:lnny@nctu.edu.vn

Ngày nhận bài: 30/8/2024  
Ngày phản biện khoa học: 3/9/2024  
Ngày duyệt bài: 28/11/2024

## TÓM TẮT

**Đặt vấn đề:** Trầm cảm chủ yếu (TCCY) là một bệnh lý tâm thần phổ biến với tỷ lệ mắc bệnh trầm cảm trong suốt cuộc đời xấp xỉ 12% và có tác động đáng kể đến sức khỏe cộng đồng. Trầm cảm trong sinh viên có các ngành học có áp lực học tập nặng nề như sinh viên y khoa hiện chưa được đánh giá đầy đủ.

**Mục tiêu:** Đánh giá tỷ lệ và mức độ nhận thức của sinh viên y khoa về TCCY.

**Đối tượng và phương pháp:** Tất cả những SV y khoa năm 1 và năm 5 tại Đại học Nam Cần Thơ tình nguyện tham gia nghiên cứu và hoàn thành bộ câu hỏi PHQ-9 trên Google Form. Nghiên cứu được thực hiện theo phương pháp mô tả cắt ngang.

**Kết quả:** Trong khoảng thời gian từ tháng 5 đến tháng 6 năm 2024, chúng tôi đã tuyển chọn được 593 sinh viên (SV) đủ tiêu chuẩn tham gia nghiên cứu. Độ tuổi trung bình của các sinh viên là  $22,08 \pm 2,3$  tuổi, trong đó 44,5% là nam giới. Ghi nhận, 244 sinh viên (44,1%) tự đánh giá mình có triệu chứng trầm cảm dựa trên thang điểm PHQ-9, trong đó tỷ lệ trầm cảm chủ yếu sv năm nhất và năm 5 lần lượt là 48,7% và 29,8% ( $p < 0,05$ ). Đáng chú ý, 497 sinh viên (83,8%) cho rằng trầm cảm chủ yếu ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống của họ. Hơn nữa, 525 sinh viên (88,5%) bày tỏ nhu cầu cần có các trung tâm hỗ trợ sức khỏe tinh thần.

**Kết luận:** Tỷ lệ sinh viên tự đánh giá có triệu chứng trầm cảm, chủ yếu dựa trên thang điểm PHQ-9, là khá cao (44,1%). Sinh viên cũng nhận thức rõ rằng trầm cảm chủ yếu có ảnh hưởng lớn đến chất lượng cuộc sống của họ. Tuy nhiên, mức độ hiểu biết và sự quan tâm từ các nguồn lực xã hội đối với vấn đề này vẫn còn hạn chế.

**Từ khóa:** Trầm cảm chủ yếu, PHQ-9, sức khỏe tinh thần.

## ABSTRACT

**Background:** Major depressive disorder (MDD) is a prevalent mental illness, with a lifetime prevalence of approximately 12%, significantly impacting public health. The prevalence of depression among students in demanding fields, such as medical students, has not been thoroughly assessed.

**Objectives:** This study aims to evaluate the prevalence and awareness of MDD among medical students.

**Methods:** First and fifth-year medical students at Nam Can Tho University were invited to participate in this study. Participants completed the PHQ-9 questionnaire via Google Forms. The study employed a cross-sectional descriptive design.

**Result:** Between May and June 2024, 593 eligible students were recruited. The mean age of participants was  $22.08 \pm 2.3\%$  years, with 44,5% being male. The findings revealed that 244 students (44.1%) self-reported depressive symptoms based on the PHQ-9 scale. Specifically, 48.7% of first-year and 29.8% of fifth-year reported having major depressive disorder. Additionally, major depressive disorder affects the quality of life for 83.8% of students. Furthermore, 525 students (88.5%) expressed a need for mental health support centers.

**Conclusion:** The prevalence of self-reported depressive symptoms among students, primarily assessed using the PHQ-9 scale, was notably high. Students also acknowledged the substantial impact of mental health on their quality of life. However, there remains a limited understanding and attention from social resources regarding this issue.

**Keywords:** Major depressive disorder, PHQ-9, mental health.

## I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Trầm cảm chủ yếu (Major Depressive Disorder) đại diện cho một bệnh lý tâm thần phổ biến với tác động đáng kể đến sức khỏe cộng đồng. Tỷ lệ mắc bệnh trầm cảm trong suốt cuộc đời ước tính khoảng 12%, chỉ ra rằng đây là một gánh nặng toàn cầu đáng chú ý<sup>2</sup>.

Các rối loạn trầm cảm được đặc trưng bởi một loạt các triệu chứng làm thay đổi khí sắc, hành vi, biểu hiện thực thể và tâm thần... trên nhiều nhóm đối tượng trong xã hội, đặc biệt gặp nhiều ở lứa tuổi từ 10-24<sup>1</sup> trong đó có sinh viên Y khoa. Trầm cảm chủ yếu hiện nay thường được chẩn đoán theo tiêu chuẩn của Tiêu chuẩn DSM-V. Trên nhóm SV Y khoa, cả trong và ngoài nước đều ghi nhận tỷ lệ trầm cảm cao. Một nghiên cứu đa trung tâm từ 47 quốc gia ghi nhận 27,2% SV Y khoa có trầm cảm, trong đó 11,1% có ý định tự tử<sup>6</sup>. Tại Việt Nam, một nghiên cứu ghi nhận 15,2% SV Y khoa có trầm cảm ở những mức độ khác nhau đánh giá bằng thang điểm PHQ-9, trong đó 7,7% có ý định tự tử. Các nghiên cứu này có những hạn chế nhất định chưa đánh giá sự khác biệt giữa các nhóm đã/chưa tham gia học trên lâm sàng cũng như nhận thức của SV Y khoa về tầm quan trọng của rối loạn tâm thần phổ biến này cũng như ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống. Do đó, chúng tôi thực hiện đề tài "*Đánh giá tỷ lệ và mức độ nhận thức của sinh viên y khoa về trầm cảm chủ yếu tại Trường Đại học Nam Cần Thơ*" nhằm mục tiêu:

- Đánh giá tỷ lệ mắc trầm cảm chủ yếu tự đánh giá bằng thang điểm PHQ-9 của sinh viên Y năm thứ 1 và năm thứ 5 đang học tại Đại Học Nam Cần Thơ.

- Đánh giá mức độ nhận thức về trầm cảm chủ yếu của sinh viên Y khoa tại Đại Học Nam Cần Thơ về trầm cảm chủ yếu.

## II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

### 2.1. Đối tượng nghiên cứu

Sinh viên năm thứ nhất và sinh viên năm thứ năm của ngành Y đa khoa trường Đại Học Nam Cần Thơ tình nguyện tham gia nghiên cứu, tự hoàn thành bảng câu hỏi PHQ-9 trên Google Form.

### 2.2. Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu mô tả cắt ngang.

## III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Trong khoảng thời gian từ tháng 5 đến tháng 6 năm 2024, chúng tôi đã tuyển chọn được 593 sinh viên đủ tiêu chuẩn tham gia nghiên cứu, trong đó 44,5% nam và 55,5% nữ. Tuổi TB là 22,08 ± 2,3 (từ 19- 47 tuổi).

**Bảng 1.** Tình hình trầm cảm trên sinh viên Y khoa

Trầm cảm		Tham gia lâm sàng		P (χ <sup>2</sup> )
		Sinh viên năm 1 N(%)	Sinh viên năm 5 N(%)	
Không có		182 (51,3%)	167 (70,2%)	p < 0,05
Có		173 (48,7%)	71 (29,8%)	
Mức độ	Nhẹ	92 (25,9%)	42 (17,6%)	
	Trung bình	46 (13%)	18 (7,6%)	
	Trung bình nặng	18 (5,1%)	8 (3,4%)	
	Nặng	17(4,82%)	3 (1,3%)	

**Nhận xét:** Tỷ lệ trầm cảm từ đối với nhóm sinh viên năm thứ 5 đã tham gia lâm sàng (đặc đã được học và thực hành lâm sàng về bệnh lý tâm thần), là 29,8% (71/238 sinh viên) thấp hơn sinh viên năm đầu (các nhóm chưa tham gia lâm sàng) với tỷ lệ 48,7%(173/355 sinh viên). Sự khác này có ý nghĩa thống kê (p<0,05).

**Bảng 2.** Các vấn đề chủ yếu liên quan đến trầm cảm

Vấn đề	Có trầm cảm chủ yếu N(%)	Không có trầm cảm chủ yếu N(%)	P (χ <sup>2</sup> )
Áp lực học tập	258 (93%)	227 (73,9%)	P < 0,05
Vấn đề các mối quan hệ	85 (34,8%)	40 (11,5%)	
Gánh nặng tài chính	114 (46,7%)	122 (35%)	
Sử dụng cafe >3 ngày/tuần	79 (32,4%)	86 (24,6%)	
Làm việc bán thời gian	42 (17,2%)	55 (15,8%)	P > 0,05
Sử dụng nước ngọt >3 ngày/tuần	72 (29,5%)	74(11,2%)	

**Nhận xét:** Sinh viên có trầm cảm chủ yếu tỷ lệ gặp các vấn đề áp lực học tập (sợ thất bại, áp lực thành công, áp lực học tập), các mối quan hệ (gặp vấn đề với bạn bè, gia đình, người yêu), gánh nặng tài chính, và thói quen sử dụng cafe nhiều hơn so với sinh viên tự đánh giá không mắc trầm cảm chủ yếu, sự khác biệt có ý nghĩa thống kê (p<0,005). Thói quen sử dụng nước ngọt và làm việc bán thời gian không phải là yếu tố liên quan.

**Bảng 3.** Nhận thức sinh viên về vai trò của sức khỏe tinh thần

Tiêu chí	Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Trầm cảm chủ yếu ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống	Có	497 83,8%
	Không	96 16,2%
Trầm cảm chủ yếu điều trị bằng những phương pháp nào?	Không có phương pháp điều trị	76 12,8%
	Tâm lý trị liệu	398 67,1%
	Thuốc	12 2,1%
	Khác*	107 18%

Tiêu chí		Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Trung tâm sức khỏe tinh thần sinh viên có cần thiết hay không	Có	525	88,5%
	Không	68	11,5%

\**Khác: Tập thể dục, trò chuyện, tự hết, kết hợp thuốc và điều trị tâm lý.*

**Nhận xét:** Tỷ lệ cao sinh viên nhận thức trầm cảm chủ yếu ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống là 83,8% và có 88,5% sinh viên cho rằng cần thiết phải có trung tâm sức khỏe tinh thần cho sv. Tỷ lệ sinh viên nghĩ trầm cảm không điều trị được 12,8%, tâm lý trị liệu 67,1%, điều trị thuốc 2,1% và các phương pháp khác 18%.

#### IV. BÀN LUẬN

Nghiên cứu chúng tôi ghi nhận, có 48,7% sinh viên năm thứ 1 và 29,8% sinh viên năm thứ 5 có trầm cảm chủ yếu từ nhẹ đến nặng tự đánh giá bằng thang điểm PHQ-9.

Tỷ lệ sinh viên tự đánh giá có trầm cảm của NC chúng tôi, cũng tương đương với nghiên cứu Nguyễn Tiến Đạt tại đại học Y Hà Nội năm 2022 đăng trên tạp chí PLOS ONE, với tỷ lệ sinh viên tự đánh giá trầm cảm bằng PHQ-9 là 43,1%. Trong đó tỷ lệ trầm cảm mức độ nhẹ 28,6%, trung bình 8,3%, trung bình nặng 4,6%, nặng 1,6%<sup>4</sup>. Nghiên cứu của chúng tôi cũng tương tự với nghiên cứu Lun "Trầm cảm và rối loạn lo âu ở sinh viên các trường đại học tại Hồng Kông" năm 2018, cũng bằng phương pháp tự đánh giá bằng thang điểm PHQ-9, có 68,5% sinh viên có trầm cảm chủ yếu từ mức độ nhẹ đến nặng<sup>3</sup>.

Trong nghiên cứu này, chúng tôi đã tiến hành phân tích tần suất và nhận thức về rối loạn trầm cảm chủ yếu trong số sinh viên y khoa. Chúng tôi sử dụng thang điểm PHQ-9 để đánh giá mức độ trầm cảm. Kết quả cho thấy tỷ lệ TCCY ở sinh

viên năm nhất là 48,7%, cao hơn gần gấp đôi so với sinh viên năm thứ 5 (29,8%). Có thể do các sinh viên y khoa năm đầu phải đối mặt với áp lực học tập của trường y lớn, sự thay đổi từ môi trường học trung học lên đại học, sống xa gia đình và thay đổi trong mối quan hệ bạn bè. Sinh viên năm thứ 5 đã có thời gian thích ứng với môi trường sống ở đại học, sống xa gia đình và đã xây dựng được các mối quan hệ xã hội. Bên cạnh đó, kiến thức y khoa giúp sinh viên năm thứ 5 đánh giá tình trạng của bản thân chính xác hơn so với sinh viên năm nhất. Việc hoà nhập vào môi trường sống hiện nay là một thách thức lớn đối với giới trẻ.

Theo nghiên cứu của Phạm Tùng (2019) được đăng trên tạp chí PLOS ONE, tỷ lệ trầm cảm và các yếu tố liên quan ở sinh viên Y Khoa tại trường Đại học Y Hà Nội đã được ghi nhận. Nhân viên y tế thường đánh giá trực tiếp tình trạng tâm lý của sinh viên bằng thang điểm PHQ-9 tại trường hoặc bệnh viện. Kết quả cho thấy tỷ lệ mắc trầm cảm là 15,2%<sup>5</sup>. Nghiên cứu khác của Thompson G. và đồng nghiệp (2016) xác định tỷ lệ trầm cảm từ nhẹ đến nặng ở sinh viên y khoa là 17%, với các yếu tố nguy cơ bao gồm vấn đề gia đình, bạn bè và tình trạng cá nhân<sup>7</sup>.

Nhận thấy rằng, khi sinh viên tự đánh giá bằng thang điểm PHQ-9, tỷ lệ mắc trầm cảm có thể cao hơn so với việc được phỏng vấn trực tiếp bởi nhân viên y tế. Điều này có thể do sinh viên đánh giá tình trạng của mình nặng hơn hoặc đang đối mặt với các vấn đề tâm lý. Tuy nhiên, việc giúp sinh viên đối mặt và giải quyết các vấn đề này vẫn là một thách thức. Sự nhận thức về tình trạng tâm lý và tìm kiếm hỗ trợ từ trung tâm sức khỏe tinh thần là quan trọng để cải thiện chất lượng cuộc sống, tạo điều kiện tốt hơn cho học tập và sự nghiệp của họ.

Nghiên cứu của chúng tôi đã ghi nhận rằng 83,8% sinh viên y khoa cho rằng trầm cảm chủ

yếu ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống. Chúng tôi cũng đã ghi nhận rằng ở sinh viên bị trầm cảm, có các vấn đề như áp lực học tập (93%) đặc biệt vấn đề áp lực thành công (sự kỳ vọng từ gia đình và bản thân) thường gặp.

Ngoài ra, sinh viên trầm cảm còn gặp vấn đề trong các mối quan hệ xã hội (34,8%), tỷ lệ này cao gấp ba lần với sinh viên không bị trầm cảm, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê. Nghiên cứu này chúng tôi cũng ghi nhận: gánh nặng tài chính, thói quen sử dụng cafe có liên quan đến trầm cảm. Tuy nhiên, thói uống nước ngọt và làm việc bán thời gian chưa ghi nhận mối liên quan.

Khi được hỏi về điều trị trầm cảm có 11,6 % SV cho rằng trầm cảm không điều trị được, 67,1% SV cho rằng điều trị trầm cảm bằng thuốc, 2,1% trầm cảm điều trị bằng thuốc và 18% điều trị các phương pháp khác bao gồm: Tập thể dục, trò chuyện, tự hết, kết hợp thuốc và điều trị tâm lý. Qua đây nhận thấy rằng, SV nhận thấy chất lượng cuộc sống bị ảnh hưởng sức khỏe tinh thần, các bạn vẫn chưa nhận thức rõ ràng cách xử trí khi gặp các vấn đề sức khỏe tinh thần. Điều đặt ra sinh viên đang theo học các trường địa học y, khi gặp các vấn đề sức khỏe tinh thần các bạn nên đến đâu hoặc gặp ai để nhận các trợ giúp y tế.

Với 88,5% sinh viên tham gia nghiên cứu, trung tâm sức khỏe tinh thần cho sinh viên được coi là điều cần thiết. Khi sinh viên gặp các vấn đề liên quan đến sức khỏe tinh thần, họ cần nhận được sự hỗ trợ từ trung tâm này.

## 5. KẾT LUẬN

Tỷ lệ sinh viên trải qua tình trạng trầm cảm, được đánh giá bằng thang điểm PHQ-9, là 48,7% ở sinh viên năm nhất và 29,8% ở sinh viên năm thứ năm. Sinh viên thường gặp các vấn đề liên quan đến sức khỏe tinh thần: áp lực học tập mối quan hệ, gánh nặng tài chính và thói quen uống cafe. Mặc dù 83,8% sinh viên cho rằng trầm cảm

chủ yếu ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống, nhưng hiện vẫn chưa có trung tâm sức khỏe tinh thần để hỗ trợ họ. Vì vậy, tỷ lệ sinh viên cần có trung tâm sức khỏe tinh thần là 88,5%.

## 6. KIẾN NGHỊ

Cần thiết có trung tâm hỗ trợ sức khỏe tinh thần cho sinh viên ngay từ khi họ bước chân vào trường đại học.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. "Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990-2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019" (2020), *Lancet*, 2020, 396(10258), p. 1204-1222.
2. R. C. Kessler et al (2011), "Development of lifetime comorbidity in the World Health Organization world mental health surveys", *Arch Gen Psychiatry*, 2011, 68(1), p. 90-100.
3. K. W. Lun et al (2018), "Depression and anxiety among university students in Hong Kong", *Hong Kong Med J*, 2018, 24(5), p. 466-472.
4. Dat Tien Nguyen et al (2022), "The prevalence of self-reported anxiety, depression, and associated factors among Hanoi Medical University's students during the first wave of COVID-19 pandemic", *PLOS ONE*, 2022, 17(8), p. e0269740.
5. Tung Pham et al (2019), "The prevalence of depression and associated risk factors among medical students: An untold story in Vietnam", *PLOS ONE*, 2019, 14(8), p. e0221432.
6. L. S. Rotenstein et al (2016), "Prevalence of Depression, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation Among Medical Students: A Systematic Review and Meta-Analysis", *Jama*, 2016, 316(21), p. 2214-2236.
7. G. Thompson et al (2016), "Resilience Among Medical Students: The Role of Coping Style and Social Support", *Teach Learn Med*, 2016, 28(2), p. 174-82.