

# 医学生抑郁现状调查及心理干预研究

孙晓云<sup>1</sup> 高相颖<sup>2</sup> 郑栖茜<sup>3</sup> 李想<sup>4</sup> 石杰\*

(牡丹江医学 黑龙江牡丹江 202115)

**摘要:**目的:以医学生为主要研究群体调查大学生的心理健康状况,并为改善大学生尤其是医学生的心理健康状况提供有针对性的科学的理论依据。方法:以牡丹江医学院及其他各校的共309名学生为调查对象,使用SCL-90症状自评量表和焦虑自评量表(SAS)进行问卷调查,在线SPSS软件进行数据处理分析。并将医学生与非医学生,男生与女生的数据进行对比分析。结果:1.对大学生总体健康状况影响最显著的三个因子为强迫症状,人际关系敏感和抑郁。2.医学生的总体心理健康状况在躯体化,人际关系敏感,恐怖和其他4个因子高于非医学生。3.女同学的各项因子中的得分均高于男同学。结论:医学生的总体心理健康水平较非医学生群体差。女同学的心理健康水平和男同学相比总体低。

**关键词:**医学生;心理健康;SCL-90;焦虑自评量表;心理测试

Investigation and Psychological Intervention of Depression in Medical Students

[Abstract]Objective: Investigating the healthy mental states of college students focused on medical students in order to provide theoretical basis to enhance the psychological conditions of college students, particularly medical students.

Methods: Investigations were implemented towards 309 students from Mudanjiang Medical College and other schools by SCL-90 symptom checklist and self rating anxiety scale. After that, the statistics were analyzed by SPSS. The data of medical students and non-medical students, boys and girls were compared and analyzed.

Results: 1 There exist three most significant factors that affect the general healthy level of undergraduates, which are obsessive-compulsive symptoms, interpersonal sensitivity and depression. 2. Medical students' overall mental health status is higher than that non-medical students' in somatization, interpersonal sensitivity, terror and other four factors. 3 The factors with statistical significance of girls are higher than boys

Conclusion: the general standards of mental health of medical students is more terrible than that of non-medical students. At the same time, girls' mental condition is generally poor than boys.

[Key words] medical students; mental health; SCL-90; Self-rating Anxiety Scale; Psychological test

## 1 研究对象

抽查牡丹江医学院同学以及其他学校部分学生共309名为研究对象进行SCL-90电子问卷调查,其中男生139名,女生170名,医学生190名,其他专业学生119名,同时收集牡丹江医学院同学的焦虑自评量表74份,共两项问卷。

## 2 研究方法

问卷调查法:使用SCL-90症状自评量表进行电子问卷调查。收集研究对象的个人基本信息包括性别、是否医学生、专业、考研意愿。此量表涉及感觉、情绪、思想、意识、行为直至生活习惯、人际关系、饮食睡眠等,并采用10个因子分别反映10个方面的心理情况,共90道题,选项以此为无、轻度、中度、偏重、严重。每题按1~5顺序评分,本次测验的筛查的任何一个因子分值≥2,或者总分≥160分为问题检出标准,总分≥250分为严重问题检出标准。测验结果的分值越高,表明其心理健康水平越低。

焦虑自评量表(Self-rating Anxiety Scale, SAS):SAS采用4级评分,主要评定症状出现的频度,有20个项目,其中有15项是用1~4顺序评分,其余5项(第5,9,13,17,19),按4~1顺序反向计分。我国常用标准为SAS≥50分存在焦虑,其中50~59分为轻度抑郁,60~69分为中度抑郁,≥70分为重度抑郁。

## 3 统计学方法

利用问卷星软件收集电子调查问卷结果,再采用在线SPSS分析软件对数据进行分析,以P<0.05为检验标准。

## 4 课题研究结果

所得的SCL-90问卷各因子的平均分得分中最高三项分别为强迫症状、人际关系敏感和抑郁。其中按检出标准检出问题学生共49名,严重问题学生0名,问题检出率为15.90%。

### 4.1 医学生和其他专业学生总体比较

对医学生和其他专业学生的SCL-90得分进行t检验和相关性分析,结果表明,医学生各因子平均分均高于其他专业学生,其中躯体化,人际关系敏感,恐怖和其他因子有统计学意义(p<0.05),其余均无统计学意义(p>0.05)。见表1。

表1 医学生与非医学生各因子比较

变量	医学生 (n=190)	非医学生(n=119)	t 值	P 值
躯体化	1.47 ± 0.43	1.30 ± 0.45	3.181	0.002
强迫症状	1.58 ± 0.47	1.50 ± 0.56	1.279	0.202
人际关系敏感	1.52 ± 0.46	1.40 ± 0.55	1.983	0.048
抑郁	1.47 ± 0.43	1.41 ± 0.58	1.16	0.247
焦虑	1.45 ± 0.42	1.35 ± 0.52	1.877	0.061
敌对	1.38 ± 0.41	1.29 ± 0.47	1.842	0.067
恐怖	1.45 ± 0.43	1.23 ± 0.41	4.341	0.000
偏执	1.40 ± 0.40	1.30 ± 0.53	1.833	0.068
恐怖精神病性	1.43 ± 0.42	1.34 ± 0.53	1.677	0.094
其他	1.54 ± 0.49	1.39 ± 0.54	2.465	0.014

### 4.2 SCL-90 各因子的得分的在性别上的差异比较

结果表明,女同学在各项因子的分数都高于男同学。强迫症状因子及其他因子的差异无统计学意义(P>0.05),其余因子差异均有统计学意义(P<0.05)。见表2。

表2 不同性别学生在SCL-90各因子比较

变量	女生 (n=170)	男生 (n=139)	t 值	P 值
躯体化	1.45 ± 0.46	1.35 ± 0.43	2.22	0.034
强迫症状	1.57 ± 0.53	1.52 ± 0.47	0.86	0.392
人际关系敏感	1.53 ± 0.54	1.40 ± 0.43	2.27	0.024

抑郁	1.50 ± 0.56	1.39 ± 0.42	1.99	0.047
焦虑	1.49 ± 0.53	1.32 ± 0.36	3.20	0.002
敌对	1.40 ± 0.47	1.28 ± 0.37	2.57	0.011
恐怖	1.44 ± 0.47	1.27 ± 0.38	3.39	0.001
偏执	1.42 ± 0.50	1.29 ± 0.38	2.74	0.007
精神病性	1.49 ± 0.53	1.29 ± 0.34	3.92	0.00
其他	1.53 ± 0.54	1.42 ± 0.47	1.76	0.08

#### 4.3 焦虑自评量表结果

分析得到的焦虑自评量表, 结果表明无抑郁情绪的学生为 51 人, 占 68.93%; 轻度抑郁有 17 人, 占 22.97%; 中度抑郁 6 人, 占 8.10%; 重度抑郁 0 人。见表 3。

表 3 牡丹江医学院学生焦虑自评量表调查结果

正常	轻度抑郁	中度抑郁	重度抑郁
51	17	6	0
68.93%	22.97%	8.10%	0

#### 5 讨论

近年来, 大学生的心理状况一直是社会的热点关注, 特别是后疫情时代, 人际交流方式的改变更使社会心理健康出现严重问题。由于疫情控制的需要, 大学生面临封控等管控措施, 这些措施限制了学生的活动范围, 课余时间大大减少, 人际交流也相对减少, 同时由于医学生专业的特殊性, 有更繁重的学业, 更长的学习周期, 以及考研人数年年剧增, 面对高强度升学压力, 医学生心理健康难免出现问题, 本文重点在于通过数据分析对其特定心理状况形成原因进行调查, 这次调查主要在于解读分析生活事件与医学生抑郁的相关性, 研究不同的生活问题比如睡眠、家庭人际关系、人际关系、个人情感等对抑郁情绪的影响, 根据调查发现上述各个因素都可能导致抑郁症的发生。

本次医学生心理健康问题检出率高达 15.90%, 有抑郁情绪的学生占整体的 31.07%, 其中有中轻度抑郁者比例较高, 其中明显发现医学生躯体化, 人际关系敏感, 恐怖以及其他因子明显高于非医学专业的学生, 这说明医学生心理健康问题较其他专业学生严重。在就业人数增长与就业岗位局限的趋势下, 医学生“内卷”现象日趋严重。不论是升学还是就业, 医学生都面临着极大的压力, 这种压力增加了医学生产生负面情绪和患抑郁症的风险, 调查发现主要问题集中于强迫症、人际关系敏感和抑郁, 这些因素主要在于医学生学习压力过大而出现精神疲劳、无精力去维系身边人际关系。医学生的抑郁情绪主要表现为显著持久的情绪低落、对生活中的各种事件兴趣减退, 对自己的未来和生命安全等过度忧愁而产生的一种紧张的情绪。随着独生子女比例大幅上升, 在步入大学集体生活后, 独生子女难免与他人发生争执又没有良好的情绪分享出口, 无法以正确的方法表达自己内心情绪, 从而只能以躯体症状来置换内心的消极情绪, 导致自身难以创造积极向上的学习和生活环境。

女生在测试中所有因子得分均高于男生, 这一结果表明心理健康问题可能与性别有直接关系。女生比男生心思细腻, 更加感性和成熟, 这些因素都会导致女生容易出现心理健康问题。从社会环境上看, 在“以瘦为美”这种文化氛围影响下, 生活中那些偏胖的女性, 相对于身材苗条的女性而言, 会更加保守、自卑、敏感。从生理上看, 女性有月经和怀孕这两个激素变化大的时期, 容易心情压抑。女性大脑中的血清素的合成速度和含量比男性少, 而血清素能使机体更快地恢复到正常的食欲、睡眠、以及情绪状态, 因此女性

抑郁的几率更大。同时由于女性比男性敏感, 女性更容易心力憔悴, 夜不能寐。

在学习和生活中, 医学生可能会感到悲伤、苦闷、自卑, 甚至悲痛欲绝至厌世, 每个人在特定情况下都可能会出现的一种正常的负面情绪, 我们称之为“抑郁”。但是, 如果抑郁情绪不能及时得到改善和调整, 长此以往会严重损害到我们的生活、工作和学习, 降低做事效率与质量, 甚至发展成为抑郁症, 因此, 医学生心理健康问题已成为社会焦点, 根据调查所得出的结论, 从而对医学生群体进行相对个性化的心理干预工作, 为预防医学生的抑郁和提供科学有效的依据和干预思路。

对于抑郁现象的出现, 学校应完善大学生健康咨询制度, 依据大学生的心理特点开展心理健康讲座, 帮助大学生树立良好健康的心理意识, 引导大学生不断地加强心理品质修养和锻炼, 鼓励大学生积极与人进行有益的交往, 帮助大学生重拾人际交往的信心, 摆脱抑郁情绪, 让学生们提高自尊心, 心怀适度的安全感, 提高自己的价值感。

在瞬息万变的生活环境中, 医学生要有独特的想法, 不能随波逐流, 被大环境所吞没, 以客观现实为依据指导生活, 脚踏实地地去实现人生目标, 承受并克服生活中的种种打击与挫折, 制订合适自己的人生目标, 树立符合社会与个人发展的价值观念, 保持人格的积极性、健康性与完整性, 提升从事件中学习的能力, 将经历转变成经验, 从量变走向质变, 提升人际交往能力, 多参加有意义的社交活动, 并从中获得心灵的慰藉与自我的提升, 提高自己的包容性, 对待事件不吹毛求疵。只有在健康的环境下成长才能获得一个健康状况良好的身心, 创造一个属于自己的美好未来。

#### 参考文献:

- [1]孟健男, 司维, 邵杰.《大学新生 SCL-90 心理测评研究》, 中国社会医学杂志, 2019, 36(4): 388-391
- [2]陈晓美, 罗红格, 郭永芳, 郭鑫.《医学院校大学生负性情绪与应对方式的相关研究》, 中国健康心理学杂志, 《中国健康心理学杂志》, 2012, 20(7): 1108-1109
- [3]朱慧全, 陈家言, 姜君, 李巧, 肖红秀, 黄奕弟, 王丽卿.《医学生抑郁状况调查研究》 海南医学院学报, 2020, 26(3): 226-230
- [4]王俊, 金岳龙, 陈燕, 余结根, 贺连平, 姚应水.《医学院校大学生抑郁情绪与生活事件的相关分析》, 赣南医学院学报, 2013, 32(2): 151-153
- [5]钱云柯, 李同舟, 吴丹, 吴秀娟.《医学生抑郁与生活事件、应对方式的关系》, 中国健康心理学杂志, 2016, 24(07): 1079-1081

[6]杨娅娟, 徐洪吕, 王颖, 谢阳, 邹立巍, 李婷婷, 陶舒曼, 伍晓艳.《医学生健康危害行为的潜在类别及其抑郁症状的关联》, 中国学校卫生, 2021, 42(04)

基金项目: 本文系 2021 年度大学生科研立项《医学生抑郁现状调查及心理干预研究》(项目编号 202115)的研究成果。

作者简介: 孙晓云 (2000—), 女, 汉族, 辽宁省丹东市人, 牡丹江医学院第一临床医学院 2018 级麻醉 1 班学生, 高中, 研究方向: 麻醉学; 通讯作者: 石杰 (1984—), 女, 汉族, 黑龙江牡丹江人, 牡丹江医学院基础医学院教师, 研究方向: 大学生思想政治教育。