

TRẦM CẢM VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN Ở SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC TÂY NGUYÊN

Thái Quang Hùng¹

Ngày nhận bài: 16/9/2022; Ngày phản biện thông qua: 10/11/2022; Ngày duyệt đăng: 14/11/2022

TÓM TẮT

Trầm cảm là một rối loạn tâm thần phổ biến, ảnh hưởng đến sức khỏe và nghiêm trọng hơn có thể dẫn đến tự tử. Sinh viên là đối tượng dễ mắc trầm cảm do chịu nhiều áp lực từ môi trường đại học. Tuy nhiên rối loạn trầm cảm và các yếu tố liên quan ở sinh viên còn ít được đề cập ở trường Đại học Tây Nguyên. Nghiên cứu cắt ngang được tiến hành trên một mẫu ngẫu nhiên gồm 775 sinh viên đang theo học các ngành Y đa khoa, Sư phạm, Ngoại ngữ và Kinh tế. Các sinh viên được đánh giá rối loạn trầm cảm và các yếu tố liên quan thông qua bộ câu hỏi tự điền DASS-21. Tỷ lệ rối loạn trầm cảm ở sinh viên là 48,4% (KTC95%: 44,9%-51,9%). Trong đó 39,9% có các rối loạn trầm cảm ở mức nhẹ hoặc vừa, và 8,5% ở mức độ nặng hoặc rất nặng. Những yếu tố liên quan đến rối loạn trầm cảm là người dân tộc thiểu số, tính cách hướng nội, ít tham gia các hội đoàn, câu lạc bộ, áp lực học tập, điểm trung bình tích lũy < 2,5, định hướng nghề nghiệp sau khi tốt nghiệp không rõ ràng. Cần có những giải pháp hỗ trợ từ nhà trường, gia đình, xã hội và tự thân sinh viên để giảm thiểu những hệ quả do rối loạn trầm cảm.

Từ khóa: trầm cảm, sinh viên, trường Đại học Tây Nguyên, DASS-21.

1. MỞ ĐẦU

Theo Tổ chức Y tế thế giới (WHO): “Trầm cảm là một rối loạn tâm thần phổ biến, đặc trưng bởi sự buồn rầu, mất sự thích thú hoặc khoái cảm, cảm giác tội lỗi hoặc hạ thấp giá trị bản thân, rối loạn giấc ngủ, ăn uống và kém tập trung” (WHO, 2022).

Hiện nay, trên toàn thế giới có hơn 280 triệu người bị trầm cảm ở các mức độ khác nhau. Trầm cảm làm suy giảm đáng kể khả năng hoạt động của một người, cơ quan hoặc trường học. Trầm cảm ở mức độ nhẹ có thể nhận được liệu pháp điều trị không cần thuốc, nhưng khi ở mức độ trung bình hoặc nặng, can thiệp bằng thuốc và các trị liệu tâm lý cần được thực hiện (WHO, 2022).

Đại học là một môi trường đầy căng thẳng đối với hầu hết những người trẻ tuổi. Ở môi trường này, sinh viên có thể phải đối mặt với nhiều vấn đề mới nảy sinh như chỗ ở, mối quan hệ giữa các cá nhân, cạnh tranh và khó khăn trong học tập, áp lực về kinh tế và áp lực khi phải cân nhắc đưa ra các quyết định quan trọng. Trầm cảm ảnh hưởng đến kết quả học tập và trong những trường hợp nghiêm trọng có thể dẫn đến tự tử (Ibrahim, A. K., & et al., 2013).

Đã có một số nghiên cứu về trầm cảm ở sinh viên đại học trong và ngoài nước. Tuy nhiên, tỷ lệ trầm cảm và các yếu tố nguy cơ của trầm cảm ở sinh viên khác nhau ở mỗi trường. Ở trong nước, tỷ lệ trầm cảm ở học sinh/sinh viên miền Nam là 49,6% - 50,3% (Nguyễn Thái Sang và Huỳnh Hồ Ngọc Quỳnh, 2020; Tô Gia Kiên và cs, 2019),

miền Trung là 23,5% - 46,1% (Ngô Thị Diệu Hương và cs, 2022; Nguyễn Minh Tú và cs, 2018), miền Bắc là 37,0% - 52,8% (Lê Thị Vũ Huyền, 2021; Nguyễn Thị Minh Ngọc và cs, 2022). Trên toàn thế giới, trong một nghiên cứu hệ thống từ 24 nghiên cứu, ước tính tỷ lệ trầm cảm ở sinh viên dao động từ 10,4% đến 80,5% (trung bình là 30,5%) (Ibrahim, A. K., & et al, 2013). Sự khác biệt lớn từ các kết quả nghiên cứu được giải thích bởi sự khác biệt trong các tiêu chí lựa chọn đối tượng nghiên cứu, sự hiện diện của các yếu tố gây nhiễu, ảnh hưởng của môi trường nông thôn hay thành thị, cũng như bối cảnh văn hóa xã hội của sinh viên.

Ở Tây Nguyên, nghiên cứu về trầm cảm ở sinh viên còn rất ít. Nhằm có thêm dữ liệu về trầm cảm và các yếu tố liên quan ở sinh viên khu vực Tây Nguyên, từ đó có những giải pháp giảm thiểu những tác hại do trầm cảm, nghiên cứu của chúng tôi nhằm hai mục tiêu:

- (i) Xác định tỷ lệ trầm cảm ở sinh viên trường Đại học Tây Nguyên.
- (ii) Xác định một số yếu tố liên quan đến trầm cảm ở đối tượng trên.

2. NỘI DUNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Thời gian và địa điểm nghiên cứu: dữ liệu được thu thập vào tháng 5/2021, tại trường Đại học Tây Nguyên.

Đối tượng nghiên cứu: sinh viên chính quy bậc đại học đang theo học tại trường.

¹Khoa Y Dược, Trường Đại học Tây Nguyên;

Tác giả liên hệ: Thái Quang Hùng; ĐT: 0905224480; Email: tqhung@ttn.edu.vn.