

RỐI LOẠN LO ÂU, TRẦM CẢM VÀ NHU CẦU CHĂM SÓC SỨC KHOẺ TÂM THẦN CỦA SINH VIÊN THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

Lê Hồng Hoài Linh[✉], Bùi Hồng Cẩm, Huỳnh Thanh Tân
Nguyễn Tuấn Đạt, Châu Văn Trờ

Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch

Rối loạn lo âu, trầm cảm của sinh viên đang có xu hướng gia tăng và cần được quan tâm. Nghiên cứu cắt ngang được sử dụng nhằm mục tiêu ước lượng tỷ lệ lo âu, trầm cảm (theo GAD-7 và PHQ-9) cùng một số yếu tố liên quan và nhu cầu chăm sóc sức khỏe tâm thần của 2550 sinh viên ở 20 trường đại học tại Thành phố Hồ Chí Minh năm 2023. Kết quả nghiên cứu cho thấy, có 59,1% sinh viên mắc rối loạn lo âu và 40,0% sinh viên mắc trầm cảm; các yếu tố có liên quan đến lo âu, trầm cảm ở sinh viên bao gồm: tuổi, giới, tình trạng tài chính của bản thân và có đi làm thêm. Có 36,5% sinh viên cần được giúp đỡ trong chăm sóc sức khỏe tâm thần, phần lớn sinh viên có nhu cầu được chăm sóc sức khỏe tâm thần tại bệnh viện chuyên khoa về sức khỏe tâm thần hoặc phòng khám tư (66,6% và 40,9%), do chuyên gia tâm lý (93,1%) trị liệu bằng phương pháp tư vấn (96,6%) trực tiếp (72,9%).

Từ khóa: Lo âu, trầm cảm, nhu cầu chăm sóc, sức khỏe tâm thần, sinh viên.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức khỏe tâm thần đang trở thành một vấn đề y tế công cộng quan trọng, đặc biệt là trong nhóm đối tượng sinh viên đại học.¹ Trên toàn thế giới, người ta ước tính rằng 12% - 50% sinh viên đại học có ít nhất một tiêu chuẩn chẩn đoán cho một hoặc nhiều rối loạn tâm thần.¹

Các vấn đề sức khỏe tâm thần cũng xảy ra phổ biến ở nhóm sinh viên đại học tại Việt Nam, bao gồm rối loạn lo âu và rối loạn trầm cảm.^{2,3} Nghiên cứu của Lê Minh Thuận năm 2011 trên 252 sinh viên, sử dụng thang đo DASS-42, cho thấy mức độ lo âu nặng ở sinh viên là 12% và mức độ lo âu rất nặng là 11%.⁴ Một nghiên cứu khác của tác giả Lê Minh Thuận và cộng sự thực hiện trên 830 sinh viên ở các trường đại học tại Thành phố Hồ Chí Minh từ tháng 6/2013 đến tháng 12/2014 sử dụng thang đo PHQ-9, ghi nhận trầm cảm trong sinh viên đại học trong

khoảng 20,9% - 26,8%, trung bình là 23,7%.⁵

Hầu hết các vấn đề về sức khỏe tâm thần xuất hiện vào giai đoạn đầu của tuổi trưởng thành, vì những người trẻ tuổi hiếm khi nhận được bất kỳ sự hỗ trợ chăm sóc sức khỏe tâm thần nào.⁶ Đồng thời, các nghiên cứu đã phát hiện ra rằng các vấn đề sức khỏe tâm thần ở những người trẻ tuổi thường không được công nhận.⁷ Trong khi đó, vấn đề sức khỏe tâm thần có thể ảnh hưởng tiêu cực đến kết quả học tập, chất lượng cuộc sống và tất cả các khía cạnh trong của cuộc sống của sinh viên.⁸ Một nghiên cứu cho thấy, có 24,6% sinh viên chắc chắn sẽ tìm cách điều trị nếu gặp vấn đề sức khỏe tâm thần và những lý do phổ biến nhất để không tìm cách điều trị ở những sinh viên còn lại là ưu tiên xử lý vấn đề một mình (56,4%) và muốn nói chuyện với bạn bè hoặc người thân (48,0%).⁹ Các nghiên cứu về nhu cầu chăm sóc sức khỏe tâm thần của sinh viên còn hạn chế.

Từ đó, chúng tôi thực hiện nghiên cứu này với mục tiêu: *Xác định tỷ lệ lo âu, trầm cảm (theo GAD-7 và PHQ-9) cùng một số yếu tố liên quan và nhu cầu chăm sóc sức khỏe*

Tác giả liên hệ: Lê Hồng Hoài Linh

Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch

Email: linhlhh@pnt.edu.vn

Ngày nhận: 26/07/2024

Ngày được chấp nhận: 26/08/2024

tâm thần của sinh viên ở các trường đại học tại Thành phố Hồ Chí Minh năm 2023. Hoàn thành được mục tiêu trên sẽ giúp nâng cao nhận thức về các vấn đề sức khoẻ tâm thần ở đối tượng sinh viên. Bên cạnh đó, cũng gia tăng khả năng phát hiện và chẩn đoán lo âu, trầm cảm, để có thể có hướng xử trí phù hợp, góp phần cải thiện sức khoẻ tâm thần và nâng cao chất lượng cuộc sống, chất lượng học tập cho sinh viên.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Đối tượng

Đối tượng nghiên cứu

Sinh viên đang theo học tại các trường đại học ở Thành phố Hồ Chí Minh.

Tiêu chuẩn chọn vào

Sinh viên đang theo học tại 20 trường đại học ở Thành phố Hồ Chí Minh được chọn và đồng ý tham gia nghiên cứu.

Tiêu chuẩn loại ra

Sinh viên không điền bộ câu hỏi qua Google form sau 3 lần liên hệ và không trả lời các thang đo lo âu, trầm cảm.

2. Phương pháp

Thời gian nghiên cứu

Từ tháng 10/2023 đến tháng 5/2024.

Địa điểm nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện tại 20 trường đại học ở Thành phố Hồ Chí Minh.

Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu cắt ngang.

Cỡ mẫu

Theo công thức tính cỡ mẫu ước lượng một tỷ lệ trong nghiên cứu cắt ngang:

$$n = \frac{Z_{1-\alpha/2}^2 \times p \times (1 - p)}{d^2}$$

Trong đó:

n: cỡ mẫu cần khảo sát.

Độ tin cậy là 95% $\rightarrow \alpha = 0,05 \rightarrow Z_{1-\alpha/2} = Z(0,975) = 1,96$.

p: Tỷ lệ ước tính lo âu, trầm cảm ở sinh viên.

d: sai số cho phép là 0,03.

DE: hệ số thiết kế lấy là 2, vì nghiên cứu này sử dụng phương pháp chọn mẫu cụm xác suất tỉ lệ theo độ lớn của cụm (PPS).

Bảng 1. Bảng tính cỡ mẫu

	Tỷ lệ % (p)	Cỡ mẫu (n)
Lo âu	54,4% (Lun KW và các cộng sự, Hồng Kông, 2016 ¹⁰)	2118
Trầm cảm	68,5% (Lun KW và các cộng sự, Hồng Kông, 2016 ¹⁰)	1843

Trên thực tế, cỡ mẫu thu thập được là 2550 sinh viên.

Kỹ thuật chọn mẫu

Chọn mẫu cụm xác suất tỉ lệ theo độ lớn của cụm (PPS).

Biến số nghiên cứu

Biến số lo âu được xác định dựa trên tổng điểm thang đo GAD-7. Gồm 2 giá trị: có lo âu khi tổng điểm ≥ 7 điểm và không lo âu khi tổng điểm < 7 điểm.¹¹ Biến số trầm cảm được xác định dựa trên tổng điểm thang đo PHQ-9. Gồm 2 giá trị: có trầm cảm khi tổng điểm ≥ 12 điểm và không trầm cảm khi tổng điểm < 12 điểm.¹¹

Công cụ thu thập thông tin

Sử dụng bộ câu hỏi tự điền gồm 9 phần với 62 câu hỏi (bộ câu hỏi theo nghiên cứu gốc “Lo âu, trầm cảm và các yếu tố liên quan ở sinh của các trường đại học tại Thành phố Hồ Chí Minh năm 2023” do nhóm tác giả thực hiện).

Phương pháp thu thập thông tin

Sử dụng bộ câu hỏi tự điền qua Google form.

Xử lý số liệu:

Thống kê mô tả:

Sử dụng tần số và tỉ lệ phần trăm (%) để mô tả các biến số định tính. Sử dụng trung bình và độ lệch chuẩn để mô tả các biến số tuổi có phân phối bình thường.

Thống kê phân tích:

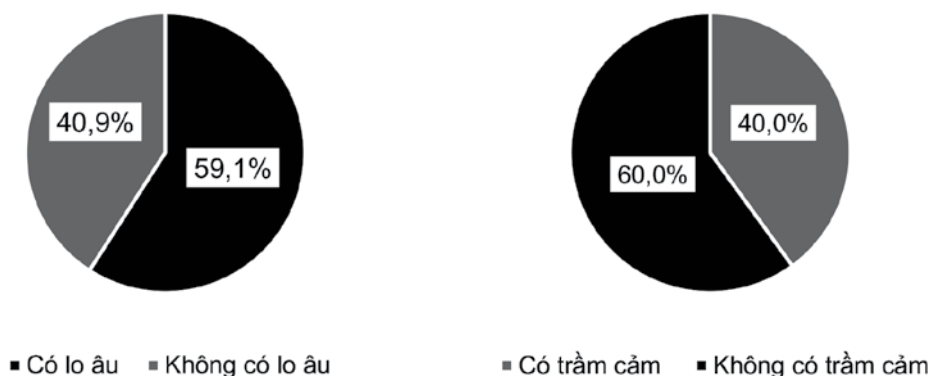
Dùng kiểm định Khi bình phương để xét mối liên quan giữa các yếu tố cá nhân và tình trạng lo âu, trầm cảm ở sinh viên, số đo dịch tễ tỷ số tỷ lệ hiện mắc PR và khoảng tin cậy 95% được dùng để ước lượng mối liên quan với ngưỡng bác bỏ $p < 0,05$. Dùng phép kiểm Fisher thay cho Khi bình phương nếu có $> 20\%$ các ô có tần số kỳ vọng < 5 .

3. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu đã được cho phép của Hội đồng đạo đức trong nghiên cứu y sinh học Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch, số 870/TĐHYKPNT-HĐĐĐ ngày 27/6/2023.

III. KẾT QUẢ

Trong số 2550 sinh viên tham gia nghiên cứu, có 74,4% sinh viên nữ với độ tuổi trung bình là 19,9 tuổi, phần lớn sinh viên là dân tộc Kinh (chiếm 94,2%) và không theo tôn giáo nào (chiếm 66,7%). Hầu hết sinh viên tham gia nghiên cứu sống ở nhà trọ (45,6%) hoặc sống ở nhà bố mẹ (39,1%). Gần 1/2 sinh viên cảm thấy tình trạng tài chính của bản thân gần đủ, phải đắn đo khi chi tiêu (48,2%) và có 32,7% sinh viên đi làm thêm.



Biểu đồ 1. Sức khỏe tâm thần ở sinh viên Thành phố Hồ Chí Minh (n = 2550)

Biểu đồ 1 cho thấy, có 59,1% sinh viên tham gia nghiên cứu mắc rối loạn lo âu (với tổng điểm thang đo GAD-7 ≥ 7 điểm) và 40,0 % sinh

viên tham gia nghiên cứu mắc trầm cảm (với tổng điểm thang đo PHQ-9 ≥ 12 điểm).

Bảng 2. Mối liên quan giữa các yếu tố cá nhân và lo âu ở sinh viên (n = 2550)

Đặc điểm	Lo âu		p	PR (KTC 95%)
	Có (%)	Không (%)		
Tuổi*	19,9 ± 1,2	19,8 ± 1,5	0,042	
Giới				
Nữ	1205 (63,5)	693 (36,5)	< 0,001	1,38 (1,26 - 1,50)
Nam	301 (46,2)	351 (53,8)		1

Đặc điểm	Lo âu		p	PR (KTC 95%)
	Có (%)	Không (%)		
Tình trạng tài chính của bản thân				
Không đủ chi phí sinh hoạt	191 (72,9)	71 (27,1)	< 0,001	1,46 (1,32 - 1,61)
Gần đủ, phải đắn đo khi chi tiêu	813 (66,1)	417 (33,9)	< 0,001	1,32 (1,22 - 1,43)
Cảm thấy thoải mái	83 (37,9)	136 (62,1)	0,003	0,76 (0,63 - 0,91)
Đủ chi phí sinh hoạt	419 (49,9)	420 (50,1)		1
Đi làm thêm				
Có	531 (63,6)	304 (36,4)	0,001	1,12 (1,05 - 1,19)
Không	975 (56,8)	740 (43,2)		1

*Trung bình và độ lệch chuẩn

Kết quả bảng 2 cho thấy, sinh viên có tuổi lớn hơn có rối loạn lo âu cao hơn và sinh viên nữ có tỷ lệ lo âu cao hơn sinh viên nam 1,38 lần. Những sinh viên cảm thấy tình trạng tài chính thoải mái có tỷ lệ lo âu thấp hơn 0,76 lần, trong khi sinh viên có tình trạng tài chính gần đủ, phải

đắn đo khi chi tiêu và sinh viên không đủ chi phí sinh hoạt có tỷ lệ lo âu cao gấp 1,32 lần và 1,45 lần sinh viên cảm thấy tình trạng tài chính đủ. Các sinh viên có đi làm thêm có tỷ lệ lo âu cao hơn sinh viên không đi làm thêm 1,12 lần.

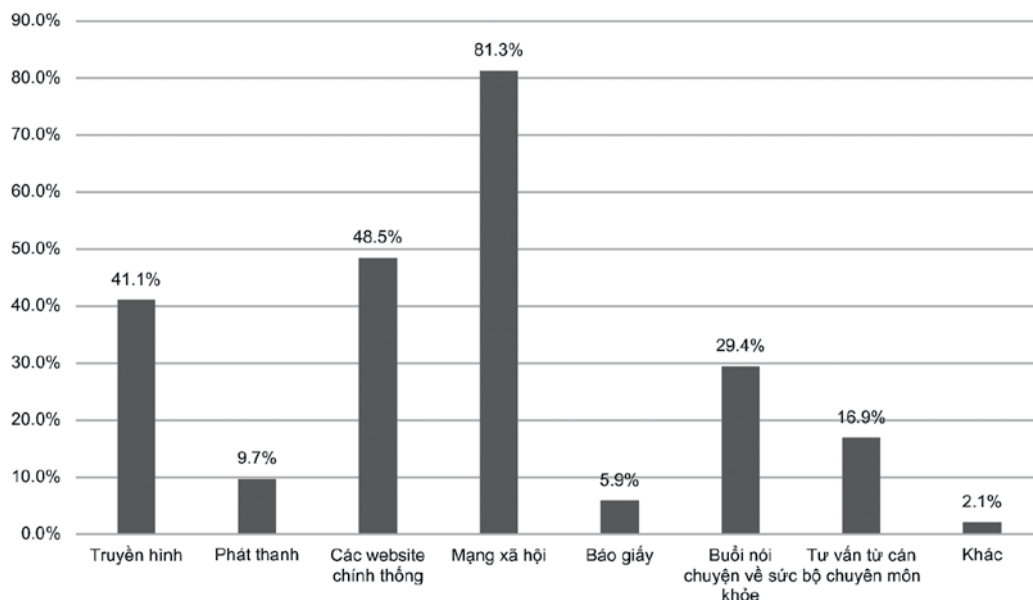
Bảng 3. Mối liên quan giữa các yếu tố cá nhân và trầm cảm ở sinh viên (n = 2550)

Đặc điểm	Trầm cảm		p	PR (KTC 95%)
	Có (%)	Không (%)		
Tuổi*	19,9 ± 1,2	19,9 ± 1,4	0,567	
Giới				
Nữ	823 (43,4)	1075 (56,6)	< 0,001	1,44 (1,27 - 1,64)
Nam	196 (30,1)	456 (69,9)		1
Tình trạng tài chính của bản thân				
Không đủ chi phí sinh hoạt	168 (64,1)	94 (35,9)	< 0,001	2,03 (1,77 - 2,32)
Gần đủ, phải đắn đo khi chi tiêu	535 (43,5)	695 (56,5)	< 0,001	1,38 (1,22 - 1,55)
Cảm thấy thoải mái	51 (23,3)	169 (76,7)	0,022	0,74 (0,57 - 0,96)
Đủ chi phí sinh hoạt	265 (31,6)	574 (68,4)		1
Đi làm thêm				
Có	364 (43,6)	471 (56,4)	0,009	1,14 (1,03 - 1,26)
Không	655 (38,2)	1060 (61,8)		1

*Trung bình và độ lệch chuẩn

Bảng 3 cho thấy, sinh viên nữ có tỷ lệ trầm cảm cao hơn sinh viên nam 1,44 lần. Về tình trạng tài chính, sinh viên có tình trạng tài chính gần đủ, phải dẫn đo khi chi tiêu và sinh viên không đủ chi phí sinh hoạt có tỷ lệ trầm cảm cao gấp 1,38 lần và 2,03 lần sinh viên cảm thấy tình

trạng tài chính đủ, trong khi những sinh viên có tình trạng tài chính thoải mái có tỷ lệ trầm cảm thấp hơn 0,74 lần. Những sinh viên có đi làm thêm có tỷ lệ trầm cảm cao gấp 1,14 sinh viên không đi làm thêm. Bên cạnh đó, chưa tìm thấy mối liên quan giữa trầm cảm và tuổi.



Biểu đồ 2. Nguồn tiếp nhận thông tin về sức khỏe tâm thần của sinh viên (n = 2441)

Có 95,7% sinh viên từng tiếp nhận thông tin về sức khỏe tâm thần, biểu đồ 2 cho thấy các nguồn tiếp nhận thông tin của sinh viên khá đa dạng, phổ biến nhất là mạng xã hội với 81,3%.

Trong 2550 sinh viên tham gia nghiên cứu,

có 7,8% sinh viên từng sử dụng dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần và 36,5% sinh viên nghĩ rằng mình cần được giúp đỡ trong chăm sóc sức khỏe tâm thần, nhu cầu cụ thể về chăm sóc sức khỏe tâm thần khi cần thiết của sinh viên được thể hiện ở bảng 4.

Bảng 4. Nhu cầu chăm sóc sức khỏe tâm thần của sinh viên (n = 2550)

Đặc điểm	Tần số (n)	Tỉ lệ (%)
Nhu cầu về cơ sở chăm sóc sức khỏe tâm thần		
Trạm y tế	424	16,6
Trung tâm y tế	573	22,5
Bệnh viện quận/huyện	643	25,2
Bệnh viện đa khoa	697	27,3
Bệnh viện chuyên khoa về sức khỏe tâm thần	1698	66,6
Phòng khám tư	1043	40,9

Đặc điểm	Tần số (n)	Tỉ lệ (%)
Nhu cầu về người chăm sóc sức khỏe tâm thần		
Bác sĩ tâm thần	1157	45,4
Chuyên gia tâm lý	2373	93,1
Bác sĩ đa khoa	238	9,3
Khác	16	0,6
Nhu cầu về phương pháp chăm sóc sức khỏe tâm thần		
Phương pháp tư vấn	2464	96,6
Phương pháp dùng thuốc	398	15,6
Phương pháp khác	18	0,7
Nhu cầu về hình thức tư vấn/ thăm khám sức khỏe tâm thần		
Tư vấn/thăm khám từ xa	1234	48,9
Tư vấn/thăm khám trực tiếp	1860	72,9

Bên cạnh đó, khi được hỏi về những rào cản, khó khăn khi tiếp cận dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần, có 64,6% sinh viên không biết khám và điều trị sức khỏe tâm thần ở đâu uy tín, 25,7% sinh viên cảm thấy sợ hãi và kỳ thị khi khám các vấn đề sức khỏe tâm thần, 70,9% sinh viên lo ngại về chi phí khám và điều trị và 33,6% sinh viên cho rằng từng thử dịch vụ khám và điều trị sức khỏe tâm thần nhưng không hiệu quả.

IV. BÀN LUẬN

Có 59,1% sinh viên mắc rối loạn lo âu và 40,0% sinh viên mắc trầm cảm trong nghiên cứu này, kết quả này cao hơn các kết quả nghiên cứu của tác giả Lê Minh Thuận năm 2011 và 2014, có thể nhận định rằng xu hướng mắc các vấn đề về sức khỏe tâm thần ở sinh viên đại học đang ngày càng gia tăng và cần phải có biện pháp can thiệp kịp thời để giảm thiểu vấn đề sức khỏe này.^{4,5,12}

Các nghiên cứu trước đây cho thấy sinh viên có độ tuổi càng lớn thì có khả năng mắc

lo âu, trầm cảm cao hơn, tuy nhiên nghiên cứu này chỉ tìm thấy mối liên quan giữa tuổi và tỷ lệ lo âu ở sinh viên, chưa tìm thấy mối liên quan giữa tuổi và tỷ lệ trầm cảm.¹³ Bên cạnh đó, các nghiên cứu trước cũng chỉ ra rằng sinh viên nữ có tỷ lệ lo âu, trầm cảm cao hơn sinh viên nam.^{14,15} Nghiên cứu này cũng tìm thấy mối liên quan tương tự. Có khá nhiều nghiên cứu lý giải nguyên nhân nữ giới dễ mắc các vấn đề sức khỏe hơn nam giới, phần lớn là do đặc điểm di truyền và sự thay đổi hormone nên nữ giới thường có xu hướng nội tâm hóa và ít chia sẻ hơn.¹⁶

Nghiên cứu này tìm thấy mối liên quan giữa tình trạng tài chính của bản thân và đi làm thêm với tỷ lệ lo âu, trầm cảm của sinh viên. Bên cạnh việc học tập, sinh viên còn phải đối mặt với những khoản chi phí sinh hoạt, học tập, một số bạn sinh viên phải đi làm thêm để trang trải cuộc sống, đó là những áp lực không nhỏ với các bạn sinh viên. Các nghiên cứu trước đây cũng chỉ ra rằng những khó khăn trong cuộc sống của một sinh viên đại học dễ làm gia tăng

khả năng mắc các vấn đề sức khỏe tâm thần ở sinh viên.¹⁷

Về nhu cầu chăm sóc sức khỏe tâm thần của sinh viên, có 36,5% sinh viên nghĩ rằng mình cần được giúp đỡ trong chăm sóc sức khỏe tâm thần, tỷ lệ này cao hơn nghiên cứu của tác giả Ebert D. D. và cộng sự với 24,6%, sự khác biệt này có thể là do đặc điểm đối tượng nghiên cứu và địa điểm nghiên cứu khác nhau.⁹ Kết nghiên cứu chỉ ra rằng phần lớn sinh viên có nhu cầu được khám tại bệnh viện chuyên khoa về sức khỏe tâm thần hoặc phòng khám tư (66,6% và 40,9%), có đến 96,6% sinh viên mong muốn sử dụng phương pháp tư vấn và được chuyên gia tâm lý trị liệu (93,1%), chủ yếu với hình thức trực tiếp (với 72,9%), các nhà chiến lược y tế có thể đẩy mạnh công tác chăm sóc sức khỏe tinh thần cho sinh viên đại học theo hướng này. Bên cạnh đó, kết quả nghiên cứu này cho thấy phần lớn sinh viên tiếp cận thông tin về sức khỏe tâm thần thông qua mạng xã hội (81,3%), một nghiên cứu thí điểm về khóa học trực tuyến về kiến thức sức khỏe tâm thần cho sinh viên đại học đã cho kết quả tích cực về hiệu quả để thúc đẩy sức khỏe tâm thần của sinh viên đại học thông qua việc cải thiện kiến thức, tự nhận thức về cảm xúc và lựa chọn lối sống lành mạnh.¹⁸

Nghiên cứu đã sử dụng thang đo GAD-7 và PHQ-9 đã được chuẩn hóa tại Việt Nam để đo lường tình trạng lo âu và trầm cảm ở sinh viên. Tuy nhiên, trong điều kiện nguồn lực hạn chế, nghiên cứu chỉ thực hiện khảo sát trên 2550 sinh viên ở 20 trường đại học ở Thành phố Hồ Chí Minh, vì thế số liệu trong nghiên cứu này chưa thể phản ánh hết tình trạng lo âu và trầm cảm ở sinh viên trên toàn địa bàn Thành phố Hồ Chí Minh.

V. KẾT LUẬN

Tỷ lệ sinh viên có rối loạn lo âu và trầm cảm lần lượt là 59,1% và 40,0% theo GAD-7 và

PHQ-9. Các yếu tố có liên quan đến lo âu, trầm cảm ở sinh viên bao gồm: tuổi, giới, tình trạng tài chính của bản thân và có đi làm thêm. Về nhu cầu chăm sóc sức khỏe tâm thần, 36,5% sinh viên cần được giúp đỡ trong chăm sóc sức khỏe tâm thần, phần lớn sinh viên mong muốn được khám tại bệnh viện chuyên khoa về sức khỏe tâm thần hoặc phòng khám tư (66,6% và 40,9%), do chuyên gia tâm lý (93,1%) trị liệu bằng phương pháp tư vấn (96,6%) trực tiếp (72,9%).

VI. KHUYẾN NGHỊ

Nhà trường nên thường xuyên tổ chức khám sức khỏe và tầm soát các vấn đề sức khỏe tâm thần cho sinh viên, ít nhất mỗi năm 1 lần, đồng thời nên tổ chức các buổi hội thảo tư vấn về chăm sóc sức khỏe tâm thần cho sinh viên. Các cơ sở y tế cần có giải pháp nâng cao chất lượng chăm sóc sức khỏe tâm thần cho sinh viên, đẩy mạnh công tác truyền thông về dịch vụ tư vấn tâm lý, tạo điều kiện thuận lợi cho sinh viên đến tư vấn khi gặp khó khăn trong học tập và trong cuộc sống, đặc biệt là nhóm đối tượng sinh viên nữ, không đủ chi phí sinh hoạt và phải đi làm thêm.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bruffaerts R, Mortier P, Kiekens G, et al. Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *J Affect Disord.* Jan 1 2018; 225: 97-103.
2. Dessauvagie AS, Dang H-M, Truong T, et al. Mental Health Literacy of University Students in Vietnam and Cambodia. *International Journal of Mental Health Promotion.* 01/01 2022;24:439-456.
3. Duong CB, Van Tran N, Nguyen AH, et al. Impacts of COVID-19 crisis and some related factors on the mental health of 37150

Vietnamese students: a cross-sectional online study. *BMC Public Health*. 2023/03/07 2023; 23(1): 445.

4. Lê Minh Thuận. Sức khỏe tâm lý của sinh viên: Nghiên cứu cắt ngang. *Tạp chí Y học thực hành*. 2011; 774(7): 72-75.

5. Lê Minh Thuận, Trần Thị Hồng Nhiên, Trần Quý Phương Linh. Thực trạng trầm cảm trong sinh viên đại học. *Tạp chí Y học TPHCM*. 2018; 22(1): 166-171.

6. Sarokhani D, Delpisheh A, Veisani Y, Sarokhani M, Manesh RE, Sayehmiri K. Prevalence of Depression among University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis Study. *Depress Res Treat*. 2013; 2013: 373857.

7. Dessauvagie AS, Dang HM, Nguyen TAT, Groen G. Mental Health of University Students in Southeastern Asia: A Systematic Review. *Asia-Pacific journal of public health*. Mar 2022; 34(2-3): 172-181.

8. Thang NT, Linh DTD, Anh TN, et al. Severe Symptoms of Mental Disorders Among Students Majoring in Foreign Languages in Vietnam: A Cross-Sectional Study. *Front Public Health*. 2022; 10: 855607.

9. Ebert DD, Mortier P, Kaehele F. Barriers of mental health treatment utilization among first-year college students: First cross-national results from the WHO World Mental Health International College Student Initiative. Jun 2019; 28(2).

10. Lun KW, Chan CK, Ip PK, et al. Depression and anxiety among university students in Hong Kong. *Hong Kong Med J*. Oct 2018; 24(5): 466-472.

11. Nguyễn Trung Nghĩa. *Giá trị và độ tin cậy của thang đo PHQ-9 và GAD-7 phiên bản tiếng Việt trên đối tượng sinh viên y khoa*: Khoa Y, Đại học Y Dược TP.HCM 2020.

12. Shan Y, Ji M, Xie W, et al. Interventions in Chinese Undergraduate Students' Mental Health: Systematic Review. *Interactive journal of medical research*. Jun 15 2022; 11(1):e38249.

13. Nguyễn Thị Bích Ngân, Lê Thành Tài. Tình hình sức khỏe tâm thần và một số yếu tố liên quan của sinh viên trường Cao đẳng cộng đồng Hậu Giang năm 2017 – 2018. *Tạp chí Y dược học Cần Thơ*. 2019.

14. Bùi Mai Thi, Lê Đại Minh, Nguyễn Tiến Đạt, và cộng sự. Dấu hiệu trầm cảm, ý tưởng hành vi tự sát của sinh viên Đại học Y Hà Nội và các yếu tố liên quan năm học 2018-2019 *Tạp chí Nghiên cứu Y học* 2020; 128(4): 135-142.

15. Nguyễn Tiến Đạt, Hà Thảo Linh, Lê Đại Minh, và cộng sự. Tỷ lệ rối loạn lo âu lan tỏa và một số yếu tố liên quan ở sinh viên Đại học y Hà Nội năm học 2018 – 2019. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 2021; 140(4): 135-142.

16. Albert PR. Why is depression more prevalent in women? *Journal of psychiatry & neuroscience : JPN*. Jul 2015; 40(4): 219-221.

17. Asici E, Sari HI. Depression, Anxiety, and Stress in University Students: Effects of Dysfunctional Attitudes, Self-Esteem, and Age. *Acta Educationis Generalis*. 2022; 12(1): 109-126.

18. King N, Linden B, Cunningham S, et al. The feasibility and effectiveness of a novel online mental health literacy course in supporting university student mental health: a pilot study. *BMC Psychiatry*. Jul 30 2022; 22(1): 515.

Summary

ANXIETY, DEPRESSION AND THE NEED FOR MENTAL HEALTH CARE AMONG STUDENTS IN HO CHI MINH CITY

The incidence of anxiety and depression among students is rising and requires attention. A cross-sectional study was conducted to estimate the prevalence of anxiety and depression (according to the GAD-7 and PHQ-9), identify related factors, and assess mental health care needs among 2,550 students from 20 universities in Ho Chi Minh City in 2023. The results show that 59.1% of students have anxiety, and 40.0% have depression. Factors associated with anxiety and depression among students include age, gender, personal financial status, and engagement in part-time employment. Additionally, 36.5% of students require mental health support, with a preference for care at specialized psychiatric hospitals or private clinics (66.6% and 40.9%, respectively), where psychotherapy is provided (96.6%) through direct counseling (72.9%) by mental health professionals (93.1%).

Keywords: Anxiety, depression, care needs, mental health, students.