

# THỰC TRẠNG TÂM LÝ CỦA SINH VIÊN NĂM THỨ TƯ TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y HÀ NỘI NĂM HỌC 2023 - 2024

Đào Thị Ngoãn<sup>✉</sup>, Phạm Tùng Sơn, Trần Thị Ngọc Trang  
Nguyễn Thị Nguyệt, Võ Trung Hiếu, Phó Tuấn Vinh  
Trần Hồng Thái, Hoàng Bảo An, Trần Phạm Mạnh  
Phan Thị Minh Ngọc

Trường Đại học Y Hà Nội

Sinh viên ngành y có nhiều áp lực do đặc thù về thời gian đào tạo kéo dài, khối lượng kiến thức lớn. Tại Trường Đại học Y Hà Nội, năm thứ 4 là thời điểm sinh viên bắt đầu học thực hành lâm sàng tại bệnh viện, phải đối mặt với nhiều mối quan hệ xã hội, gặp nhiều khó khăn hơn trong việc sắp xếp thời gian học tập và nghỉ ngơi, từ đó có thể phát sinh nhiều hơn các vấn đề về tâm lý. Vì vậy, chúng tôi tiến hành nghiên cứu với 2 mục tiêu: (1) Mô tả kết quả trắc nghiệm tâm lý DASS21. (2) Đánh giá mối liên quan giữa kết quả DASS21 với một số yếu tố. 196 sinh viên năm thứ 4 tất cả các ngành được lựa chọn ngẫu nhiên, được hướng dẫn trả lời bộ câu hỏi về một số vấn đề trong cuộc sống, học tập; thực hiện thang đánh giá tâm lý DASS21. Kết quả DASS21 cho thấy có 33,67% sinh viên bị trầm cảm, 43,88% bị lo âu và 31,63% bị căng thẳng. 57,65% sinh viên được khảo sát có mắc ít nhất 1 trong 3 rối loạn sức khỏe tâm thần. Bên cạnh đó, 11,73% sinh viên mắc ít nhất 1 rối loạn từ mức nghiêm trọng trở lên. Có một số mối liên quan giữa kết quả DASS21 và các vấn đề gặp phải trong đời sống và học tập như điểm tích lũy, tài chính, giấc ngủ, ngành học, sự hài lòng về học tập và các mối quan hệ xã hội.

**Từ khóa:** Trầm cảm, lo âu, căng thẳng, liên quan DASS21, sinh viên y khoa.

## I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sinh viên ngành y có nhiều áp lực và khó khăn trong tâm lý do đặc thù về khoảng thời gian đào tạo kéo dài, khối lượng kiến thức lớn và quá trình thực hành lâm sàng tại bệnh viện.<sup>1</sup> Một nghiên cứu tổng quan hệ thống vào năm 2016 đã chỉ ra có đến 27% số sinh viên y được khảo sát mắc trầm cảm, dẫn đến nhiều hậu quả như giảm khả năng học tập, giảm chất lượng cuộc sống, mất hứng thú với ngành nghề và thậm chí có ý định tự sát.<sup>2,3</sup> Giai đoạn căng thẳng và ảnh hưởng nhiều nhất đến tâm lý sinh viên y là thời gian trước các kỳ thi và khi đi thực hành lâm sàng.<sup>4</sup> Tại Trường Đại học Y Hà Nội, ngoài lịch

học, lịch thi như những năm học trước, từ năm thứ 4 sinh viên bắt đầu lịch học lâm sàng dày đặc. Do vậy, nhiều sinh viên chưa thể sắp xếp thời gian và làm quen với cách thức học mới, kết hợp với các áp lực sẵn có, có thể dẫn đến các rối loạn liên quan đến tâm thần. Hiện nay, đã có nhiều nghiên cứu về việc sử dụng trắc nghiệm tâm lý để đánh giá tình trạng sức khỏe tâm thần của sinh viên y nói chung. Chúng tôi tiến hành nghiên cứu trên sinh viên Y4, tại thời điểm bắt đầu học lâm sàng với hai mục tiêu:

(1) Mô tả kết quả trắc nghiệm tâm lý DASS21.

(2) Đánh giá mối liên quan giữa kết quả DASS21 và một số yếu tố. Từ các kết quả này, chúng tôi có thể chủ động tiếp cận hỗ trợ cho các sinh viên đang có những rối loạn về sức khỏe tâm thần từ mức trung bình trở lên sớm vượt qua khó khăn để học tập tốt hơn.

Tác giả liên hệ: Đào Thị Ngoãn

Trường Đại học Y Hà Nội

Email: daothingoan@hmu.edu.vn

Ngày nhận: 19/11/2024

Ngày được chấp nhận: 24/12/2024

## II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP

### 1. Đối tượng

Sinh viên năm thứ 4 Trường Đại học Y Hà Nội năm học 2023 - 2024, không đang trong đợt cấp của bệnh lý mạn tính hoặc các bệnh cấp tính khác; không có tiền sử tổn thương thực thể não (bệnh lý về mặt thần kinh, chấn thương thần kinh...); chưa từng được chẩn đoán và điều trị các bệnh rối loạn sức khỏe tâm thần.

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)}{d^2} = \frac{1,96^2 \cdot 0,85 \cdot (1 - 0,85)}{0,05^2} = 195$$

Thực tế, cỡ mẫu đã điều tra là 196.

- Cách chọn mẫu: Chọn mẫu ngẫu nhiên đơn theo danh sách sinh viên năm 4 các ngành học (4 ngành hệ bác sĩ và 6 ngành hệ cử nhân). Cụ thể, danh sách sinh viên đang được lập và theo dõi, quản lý bởi Phòng CTHSV&QLKTX. Sử dụng lệnh RAND của Excel để tiến hành tạo các giá trị ngẫu nhiên cho từng sinh viên. Cuối cùng, sắp xếp các giá trị ngẫu nhiên đó theo thứ tự từ bé đến lớn và lấy từ trên xuống cho đến khi đủ số lượng sinh viên. Giới hạn số mẫu mỗi ngành được xác định bằng tương quan giữa số sinh viên mỗi ngành/tổng số sinh viên toàn khối (901) với cỡ mẫu cần nghiên cứu (195).

#### **Công cụ nghiên cứu**

- Công cụ nghiên cứu:

+ Bộ câu hỏi nhu cầu tham vấn tâm lý được phát triển và ứng dụng bởi nhóm nghiên cứu của Viện Đào tạo YHDP&YTCC, Trường Đại học Y Hà Nội năm 2019, có cập nhật và chỉnh sửa.<sup>5</sup> Bao gồm: Thông tin chung về đối tượng nghiên cứu (Ngành học, giới, chiều cao, cân nặng, nơi ở hiện tại, đối tượng sống cùng, khu vực hiện tại gia đình sinh sống, kết quả học tập tích lũy); Thực trạng những khó khăn sinh viên gặp phải trong một số khía cạnh cuộc sống (các khía cạnh: học tập, sinh hoạt, tài chính-kinh tế,

### 2. Phương pháp

#### **Thiết kế nghiên cứu**

Mô tả cắt ngang.

#### **Thời gian nghiên cứu**

Từ 01/2024 đến 12/2024.

#### **Cỡ mẫu**

Được tính theo công thức ước tính cỡ mẫu cho một tỷ lệ quần thể:

mối quan hệ xã hội).

+ Bộ câu hỏi DASS21 đã được chuẩn hóa bằng tiếng Việt bởi Viện Sức khỏe Tâm thần, Bệnh viện Bạch Mai.<sup>6</sup> (Tỷ lệ % sinh viên phân loại theo mức độ lo âu, trầm cảm, stress; Tỷ lệ % sinh viên phân loại theo số lượng và mức độ các rối loạn (theo rối loạn, theo số lượng rối loạn, theo mức độ rối loạn).

- Quy trình nghiên cứu: Đối tượng nghiên cứu được phổ biến về nghiên cứu, ký cam kết tình nguyện tham gia, sau đó tiến hành trả lời trực tiếp theo hình thức tự điền trên phiếu gồm hai bộ câu hỏi tại phòng nghiên cứu (phòng LAB Bộ môn sinh lý học, tầng 1 nhà B1 Trường Đại học Y Hà Nội). Kết quả được mã hóa, nhập liệu và phân tích.

#### **Phân tích và xử lý số liệu**

Số liệu định lượng được nhập và làm sạch bằng phần mềm Microsoft Excel và được phân tích trên phần mềm STATA 15.0. Thống kê mô tả sử dụng các phép toán tính tỷ lệ, giá trị % để thể hiện đặc điểm chung đối tượng nghiên cứu và các vấn đề tâm lý đối tượng nghiên cứu gặp phải. Thống kê phân tích sử dụng các test  $\chi^2$  hoặc Fisher để so sánh khác biệt giữa các tỷ lệ. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê khi  $p < 0,05$ . Với các liên quan có ý nghĩa

thống kê, tiến hành tính tỷ suất chênh OR. Từ kết quả các phép toán đưa ra một số nhận xét về mối liên hệ giữa biến phụ thuộc - kết quả test DASS21 (gồm tỷ lệ trầm cảm, lo âu, căng thẳng; tỷ lệ rối loạn theo số lượng, tỷ lệ rối loạn theo mức độ) và biến phân loại - các yếu tố liên quan (ngành học, điểm tích lũy, các vấn đề về học tập, giấc ngủ, tài chính, mối quan hệ xã hội).

### 3. Đạo đức nghiên cứu

Đối tượng được giải thích để hiểu và tự nguyện tham gia nghiên cứu; thông tin về đối tượng được giữ bí mật; kết quả chỉ phục vụ cho mục đích nghiên cứu.

## III. KẾT QUẢ

### 1. Đặc điểm đối tượng nghiên cứu

Nghiên cứu thu thập được 196 đối tượng nghiên cứu gồm 126 sinh viên các ngành bác sĩ, 70 sinh viên các ngành cử nhân. Trong đó:

- Tỷ lệ nữ giới trong nghiên cứu cao hơn nam giới (35,7% nam, 64,29% nữ).
- Đánh giá chỉ số BMI, sinh viên có sức khỏe bình thường và khỏe mạnh chiếm 60,71%; có

24,49% sinh viên thiếu cân và tỷ lệ béo phì 4,59%.

- Kết quả học tập của sinh viên ở mức giỏi, khá, trung bình khá, trung bình lần lượt 6,63%, 38,27%, 50,59% và 0,51%.

- Sự hài lòng về vấn đề học tập: Sinh viên hài lòng với kết quả của bản thân chỉ chiếm 10,89%. Các điểm không hài lòng là phương pháp học tập chiếm 56,05%, môi trường học tập và kết quả học tập không tương xứng với sự cố gắng lần lượt là 11,69% và 21,37%.

- Vấn đề tài chính: Sinh viên có tài chính đủ cho nhu cầu cơ bản chiếm 52%. 33% sinh viên cảm thấy tài chính đủ cho tiêu dùng cơ bản và giải trí. 15% sinh viên còn lại gặp khó khăn với mức chi tiêu cho hoạt động ăn uống, học tập cơ bản.

- Vấn đề giấc ngủ: 55,61% sinh viên đang gặp vấn đề về thời lượng ngủ, khả năng đi vào giấc ngủ và chất lượng giấc ngủ.

- Vấn đề về mối quan hệ xã hội: 30,92% sinh viên hiện đang gặp các vấn đề về mối quan hệ bạn bè, gia đình và tình yêu.

### 2. Kết quả trắc nghiệm tâm lý theo thang DASS21

**Bảng 1. Kết quả đánh giá mức độ trầm cảm, lo âu, căng thẳng (n = 196)**

Đánh giá	Mức độ	Trầm cảm Số lượng (tỷ lệ)	Lo âu Số lượng (tỷ lệ)	Căng thẳng Số lượng (tỷ lệ)
Không	Bình thường	130 (66,33%)	110 (56,12%)	134 (68,37%)
	Nhẹ	35 (17,86%)	31 (15,82%)	28 (14,29%)
Có	Trung bình	22 (11,22%)	39 (19,90%)	25 (12,76%)
	Nghiêm trọng	7 (3,57%)	9 (4,59%)	6 (3,06%)
	Rất nghiêm trọng	2 (1,02%)	7 (3,57%)	3 (1,53%)

Trong nhóm sinh viên được khảo sát, tỷ lệ mắc trầm cảm từ mức trung bình trở lên là 15,81%. Tỷ lệ này ở các rối loạn lo âu, căng thẳng lần lượt là 28,06% và 17,35%.

**Bảng 2. Phân loại kết quả DASS21 theo số lượng và mức độ rối loạn (n = 196)**

Phân loại kết quả DASS21		Số lượng	Tỷ lệ (%)
Theo số lượng rối loạn	Không mắc rối loạn nào	83	42,35
	Mắc ít nhất 1 trong 3 rối loạn	113	57,65
Theo mức độ rối loạn	Không mắc rối loạn/ rối loạn dưới mức nghiêm trọng	173	88,27
	Mắc ít nhất 1 rối loạn từ mức nghiêm trọng trở lên	23	11,73

Trong số sinh viên khảo sát, 57,65% sinh viên được khảo sát có mắc ít nhất 1 trong 3 rối loạn sức khỏe tâm thần. Bên cạnh đó, 11,73% sinh viên mắc ít nhất 1 rối loạn từ mức nghiêm trọng trở lên.

### 3. Liên quan giữa kết quả test DASS21 và các yếu tố

**Bảng 3. Mối liên quan giữa trầm cảm (theo DASS21) với một số vấn đề (n = 196)**

Các yếu tố liên quan	Trầm cảm		p	OR	
	Có (n = 66)	Không (n = 130)			
<b>Ngành học</b>	Bác sĩ (n = 126)	48	78	0,079	
	Cử nhân (n = 70)	18	52		
<b>Sự hài lòng về học tập</b>	Chưa hài lòng (n = 175)	61	114	0,311	
	Hài lòng (n = 21)	5	16		
<b>Điểm tích lũy</b>	Giỏi (n = 13)	9	4	0,005*	4,97*
	Khá (n = 75)	23	52		
	TBK - TB (n = 108)	34	74		
<b>Giấc ngủ</b>	Chưa hài lòng (n = 109)	43	66	0,055	
	Hài lòng (n = 87)	23	64		
	Không đủ (n = 29)	18	11		
<b>Tài chính</b>	Đủ (n = 103)	41	62	0,051	
	Dư giả (n = 64)	14	50		
<b>Mối quan hệ xã hội</b>	Có vấn đề (n = 41)	19	22	0,054	
	Không có (n = 155)	47	108		

\*: p, OR tính gộp theo 2 nhóm: Giỏi và Khá-TBK-TB

Sinh viên có điểm tích lũy ở mức giỏi có tỷ lệ tỷ lệ mắc trầm cảm cao rõ rệt, gấp 4,97 lần so với sinh viên nằm ở nhóm điểm khá – trung bình khá – trung bình ( $p < 0,01$ ).

**Bảng 4. Mối liên quan giữa lo âu (theo DASS21) với một số vấn đề (n = 196)**

Các yếu tố liên quan	Lo âu		p	OR	
	Có (n = 86)	Không (n = 110)			
Ngành học	Bác sĩ (n = 126)	62	64	0,044	1,86
	Cử nhân (n = 70)	24	46		
Sự hài lòng về học tập	Chưa hài lòng (n = 175)	80	95	0,135	
	Hài lòng (n = 21)	6	15		
Điểm tích lũy	Giỏi (n = 13)	10	3	0,013*	4,69*
	Khá (n = 75)	28	47		
	TB - TBK (n = 108)	48	60		
Giấc ngủ	Chưa hài lòng (n = 109)	55	54	0,038	1,84
	Hài lòng (n = 87)	31	56		
	Không đủ (n = 29)	16	13		
Tài chính	Đủ (n = 103)	41	62	0,325	
	Dư giả (n = 64)	29	35		
Mối quan hệ xã hội	Có vấn đề (n = 41)	23	18	0,076	
	Không có (n = 155)	63	92		

\*: p, OR tính gộp theo 2 nhóm: Giỏi và Khá-TBK-TB

Tỷ lệ mắc lo âu có mối liên quan với ngành học, điểm tích lũy cũng như vấn đề giấc ngủ. Sinh viên theo học hệ bác sĩ có tỉ lệ bị lo âu cao gấp 1,86 lần so với sinh viên học hệ cử nhân ( $p < 0,05$ ). Ở nhóm sinh viên gặp vấn đề về giấc ngủ, tỉ lệ lo âu cao gấp 1,84 lần so với nhóm sinh viên không có vấn đề ( $p < 0,05$ ). Bên cạnh

đó, sự khác biệt về tỷ lệ lo âu giữa các nhóm sinh viên có phân loại điểm tích lũy khác nhau có ý nghĩa thống kê ( $p < 0,05$ ). Cụ thể, nhóm có điểm tích lũy ở mức giỏi có tỷ lệ mắc lo âu cao gấp 4,69 lần so với nhóm sinh viên còn lại ( $p = 0,013$ ).

**Bảng 5. Mối liên quan giữa căng thẳng (theo DASS21) với một số vấn đề (n = 196)**

Các yếu tố liên quan	Căng thẳng		p	OR	
	Có (n = 62)	Không (n = 134)			
Sự hài lòng về học tập	Chưa hài lòng (n = 175)	61	114	0,005	10,70
	Hài lòng (n = 21)	1	20		
	Giỏi (n = 13)	8	5		
Điểm tích lũy	Khá (n = 75)	22	53	0,016*	3,82*
	TB - TBK (n = 108)	32	76		

Các yếu tố liên quan	Căng thẳng		p	OR	
	Có (n = 62)	Không (n = 134)			
<b>Giấc ngủ</b>	Chưa hài lòng (n = 109)	45	64	0,001	2,90
	Hài lòng (n = 87)	17	70		
<b>Tài chính</b>	Không đủ (n = 29)	15	14	0,012**	2,74**
	Đủ (n = 103)	26	77		
<b>Mối quan hệ xã hội</b>	Có vấn đề (n = 41)	21	20	0,002	2,92
	Không có (n = 155)	41	114		

\*: p, OR tính gộp theo 2 nhóm: Giỏi và Khá-TBK-TB

\*\* : p, OR tính gộp theo 2 nhóm: Không đủ và Đủ-Dư giả

Tỷ lệ căng thẳng có mối liên quan với cả 5 khía cạnh. Nhóm sinh viên chưa hài lòng về học tập có tỷ lệ căng thẳng tăng cao rõ rệt, gấp 10,7 lần so với nhóm hài lòng ( $p < 0,01$ ). Đồng thời, giữa 2 nhóm sinh viên có và không có vấn đề về giấc ngủ, tỷ lệ căng thẳng tăng rõ rệt ở nhóm sinh viên gặp vấn đề, gấp 2,9 lần so với nhóm còn lại ( $p < 0,01$ ). Vấn đề về mối quan hệ xã hội cũng khiến tỷ lệ căng thẳng tăng cao rõ rệt, gấp 2,92 lần nhóm không có vấn đề ( $p$

$< 0,01$ ). Vấn đề tài chính, điểm tích lũy cũng cho thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về tỷ lệ căng thẳng trong các nhóm sinh viên có điều kiện tài chính khác nhau ( $p < 0,05$ ). Cụ thể, sinh viên có điểm tích lũy ở mức giỏi có tỷ lệ căng thẳng cao gấp 3,82 lần so với nhóm có điểm ở mức Khá-TBK-TB ( $p = 0,016$ ). Sinh viên có tài chính ở mức không đủ có tỷ lệ căng thẳng cao gấp 2,74 lần so với nhóm còn lại ( $p = 0,012$ ).

**Bảng 6. Mối liên quan giữa phân loại DASS21 với một số vấn đề**

Các yếu tố liên quan		Mức ít nhất 1 trong 3	Không mắc	p	OR
		rối loạn (n = 113)	rối loạn nào (n = 83)		
<b>Vấn đề giấc ngủ</b>	Có (n = 109)	70	39	0,037	1,84
	Không (n = 87)	43	44		
<b>Vấn đề mối quan hệ xã hội</b>	Có (n = 41)	30	11	0,024	2,37
	Không (n = 155)	83	72		

Các yếu tố liên quan		Mắc ít nhất 1	Không mắc rối loạn/	p	OR
		rối loạn từ mức nghiêm trọng trở lên (n = 23)	rối loạn dưới mức nghiêm trọng (n = 173)		
Vấn đề giấc ngủ	Có (n = 109)	19	90	0,006	4,38
	Không (n = 87)	4	83		

Vấn đề giấc ngủ ảnh hưởng đến số lượng rối loạn và mức độ rối loạn ở các nhóm sinh viên. Cụ thể, nhóm sinh viên có vấn đề về giấc ngủ có tỷ lệ mắc ít nhất 1 trong 3 rối loạn cao gấp 1,84 lần nhóm không có vấn đề ( $p < 0,05$ ). Bên cạnh đó, tỷ lệ mắc ít nhất 1 rối loạn ở mức nghiêm trọng cũng tăng cao rõ rệt, gấp 4,38 lần nhóm bình thường ( $p < 0,01$ ). Ngoài ra, nhóm sinh viên có vấn đề về mối quan hệ xã hội có tỷ lệ mắc ít nhất 1 trong 3 rối loạn cao gấp 2,37 lần nhóm không có vấn đề ( $p < 0,05$ ).

#### IV. BÀN LUẬN

Theo nghiên cứu của chúng tôi, 33,67% sinh viên có trầm cảm từ mức độ nhẹ trở lên, lo âu là 43,88% và căng thẳng là 31,63%. Tỷ lệ trầm cảm thấp hơn nghiên cứu của Trần Thơ Nhị (2017) là 48,7%, nhưng khá tương đồng với kết quả nghiên cứu của Trần Thị Nga (2021) là 38,2% và nằm trong tỷ lệ mắc chung của sinh viên y khoa trên thế giới (từ 9,3% đến 55,9%);<sup>7-9</sup> Trạng thái lo âu là 43,88%, cao hơn các nghiên cứu của Trần Thơ Nhị (28,1%), Trần Thị Nga (39,6%) và thấp hơn nghiên cứu của Vũ Thái Phương Nam (59,5%);<sup>10</sup> Trạng thái căng thẳng là 31,63%, cao hơn kết quả của Trần Thị Nga (26,7%), thấp hơn kết quả của Vũ Thái Phương Nam (48%).<sup>10</sup> Về phân loại, có 57,65% sinh viên mắc 1 trong 3 rối loạn và có tới 11,73% mắc ít nhất 1 rối loạn từ mức độ nghiêm trọng trở lên. Kết quả này cao hơn nghiên cứu của Trần Thị Nga (chỉ 29,4% mắc rối loạn), nhưng thấp hơn nghiên cứu của Trần Thị Nga.

Những sự khác biệt này có thể do đối tượng nghiên cứu khác nhau, chương trình học khác nhau và bối cảnh khác nhau. Tác giả Trần Thơ Nhị nghiên cứu năm 2021 khi sinh viên đang hứng chịu tác động lớn từ dịch bệnh COVID-19. Tác giả Trần Thị Nga nghiên cứu trên sinh viên năm cuối nên có sự thích nghi tốt hơn với môi trường và các vấn đề học tập. Tác giả Vũ Thái Phương Nam nghiên cứu đồng thời trên sinh viên y các khối khác nhau, vì vậy tỷ lệ riêng của mỗi khối sinh viên có thể có nhiều chênh lệch.

Theo nghiên cứu này, điểm tích lũy là yếu tố chi phối nhiều nhất đến trạng thái tâm lý của sinh viên năm thứ 4; các vấn đề về giấc ngủ, các mối quan hệ xã hội, ngành học, tài chính và sự hài lòng về học tập cũng là các yếu tố tác động lên trạng thái trầm cảm, lo âu, căng thẳng của sinh viên. Yếu tố giới không có sự khác biệt ở kết quả DASS21 ( $p > 0,05$ ), song chúng tôi nhận thấy trong tỉ lệ 12 sinh viên ở mức độ tâm lý "rất nghiêm trọng" (bảng 1) có đến 8 sinh viên là nữ giới. Các kết quả này hoàn toàn tương đồng với kết quả của các nhóm tác giả khác trong nước và trên thế giới.<sup>11,12</sup>

Tuy vậy, do thời gian thực hiện đề tài tương đối ngắn, đối tượng nghiên cứu hẹp và chưa khai thác tất cả các yếu tố có thể chi phối trạng thái tâm lý của sinh viên nên kết quả nghiên cứu có thể có những hạn chế nhất định.

#### V. KẾT LUẬN

Theo kết quả DASS21, 33,67% sinh viên có trầm cảm từ mức độ nhẹ trở lên, 43,88% lo

âu từ mức độ nhẹ trở lên, 31,63% căng thẳng từ mức độ nhẹ trở lên; Có 57,65% sinh viên được khảo sát có mức ít nhất 1 trong 3 rối loạn sức khỏe tâm thần. Bên cạnh đó, 11,73% sinh viên mắc ít nhất 1 rối loạn từ mức nghiêm trọng trở lên.

Về các yếu tố liên quan đến rối loạn sức khỏe tâm thần trên sinh viên: Điểm tích lũy là yếu tố chi phối cả 3 trạng thái trầm cảm, lo âu, căng thẳng của sinh viên (đều có  $p < 0,05$ ); vấn đề giấc ngủ cũng làm tăng nguy cơ lo âu và căng thẳng ở sinh viên (đều có  $p < 0,05$ ). Bên cạnh đó, các vấn đề liên quan đến tài chính, học tập và các mối quan hệ xã hội của sinh viên cũng là các yếu tố quan trọng hưởng trực tiếp đến tâm lý của sinh viên, đặc biệt là trạng thái căng thẳng.

Chúng tôi khuyến nghị cần thực hiện một nghiên cứu lớn hơn bao gồm nhiều trường đại học y dược khác hoặc các nghiên cứu định tính, phỏng vấn sâu để kiểm tra sâu hơn các yếu tố nguy cơ của căng thẳng, lo âu và trầm cảm trong sinh viên ngành y.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. MacLean L, Booza J, Balon R. The Impact of Medical School on Student Mental Health. *Acad Psychiatry*. 2016; 40(1): 89-91. doi:10.1007/s40596-015-0301-5.
2. Burnout in medical students: a systematic review - PubMed. Accessed February 21, 2024. [Online]. Available: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23834570>.
3. Adsett CA. Psychological health of medical students in relation to the medical education process. *Acad Med*. 1968; 43(6): 728.
4. Radcliffe C, Lester H. Perceived during

undergraduate medical training: a qualitative study. *Med Educ*. 2003; 37(1): 32-38. doi:10.1046/j.1365-2923.2003.01405.x.

5. Nguyễn Thị Thu Thủy và Đặng Thùy Dương. Nhu cầu tham vấn tâm lý của sinh viên năm thứ nhất Trường Đại học Y Hà Nội. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 2019; 216-224.

6. Viện Sức khỏe Tâm thần Quốc gia, Thang đánh giá lo âu, trầm cảm, stress (DASS 21). *Truy cập ngày 27 tháng 9 năm 2023 [Trực tuyến]*. Đường dẫn: <http://nimh.gov.vn/thang-danh-gia-lo-au-tram-cam-cang-thang-dass>.

7. Trần Thơ Nhị, Lê Thị Ngọc Anh. Đặc điểm nhân cách và lo âu của sinh viên năm thứ hai trường Đại học Y Hà Nội năm học 2016 - 2017. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 2018; 158-165.

8. Trần Thị Nga, Nguyễn Thị Thu Hoài. Trầm cảm, lo âu, stress của sinh viên năm cuối hệ bác sĩ đa khoa Đại học Y Hà Nội năm 2021 và một số yếu tố liên quan. *Tạp chí Khoa học Nghiên cứu Sức khỏe và Phát triển*. 2022; 06.

9. L.S, Rotenstein; M.A, Ramos; M., Torre; et al, Prevalence of Depression, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation Among Medical Students, *JAMA*. 2016; 2214-2236.

10. Võ Thái Phương Nam. Thực trạng trầm cảm, lo âu, stress và một số yếu tố liên quan ở sinh viên trường Đại học Y Dược – Đại học Quốc gia Hà Nội năm học 2021 - 2022. *Khóa luận tốt nghiệp*. 2022.

11. World Health Organization, Depression and other common mental disorders: *Global Health Estimates*, 2017.

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



## Summary

### **PSYCHOLOGICAL STATUS OF 4<sup>TH</sup> YEAR STUDENTS OF HANOI MEDICAL UNIVERSITY IN SCHOOL YEAR 2023-2024**

Medical students have a lot of pressure due to the long training period and large amount of knowledge. At Hanoi Medical University, the 4th year is the time when students begin clinical practice at the hospital, face many social relationships, and have more difficulties in arranging study time. exercise and rest, which can lead to increased psychological problems. Therefore, we conducted this research with 2 goals: (1) Description of DASS21 psychological test results. (2) Relationship between DASS21 results and related factors. A total of 196 4th year students from all specialties were randomly selected and instructed to answer a set of questions about a number of issues in life and study; the DASS21 psychological assessment scale was implemented based on the answers. DASS21 results show that 33,67% of students have depression, 43,88% have anxiety and 31,63% have stress. 57,65% of students surveyed had at least 1 of 3 psychological disorders. Besides, 11,73% of students have at least 1 disorder of serious level or higher. There are some correlations between DASS21 results and problems encountered in life and study such as major, academic performance, finances, sleep and social relationships.

**Keywords: Depression, anxiety, stress, relationship DASS21, medical student.**