

医学生对抑郁症的看法和了解程度以及抑郁症的防治措施

彭西玲 钟巍 翁怡童 肖袁园 袁婉莹 谢昊玓 万佳婧*

长沙医学院 湖南长沙 410200

【摘要】目的 为了解医学生对抑郁症的看法和了解程度及抑郁症的防治措施。**方法** 此次研究采取问卷调查的形式,对研究对象进行分层抽样调查。**结果** 经调查得知医学生课程的加深对抑郁症的了解有促进作用。**结论** 对大众进行医学知识普及对抑郁症的防治有一定效果。

【关键词】 医学生; 抑郁症; 了解程度; 防治措施

【中图分类号】 R749.42

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596 (2018) 12-009-01

【基金项目】 长沙医学院大学生创业课题, 课题号: 长医教[2018]77号-134

抑郁症的危害程度位居世界前列, 预计2020年会有加剧的趋势; 在我国, 对抑郁症的识别及医疗防治能力较低, 绝大部分的医院不能准确的识别出抑郁症, 并且最终只有不到10%的患者接受了相关药物治疗。经过本团队对在校医学生的调查, 发现医学生对抑郁症这一概念有所了解, 但是对抑郁症的病机了解不全面。据调查显示, 医学生相对非医学类学生对抑郁症了解程度较深, 并且患抑郁症的概率也相对较低^[1]。

1 抑郁症的发病原因

1.1 从现代医学的角度来看待抑郁症

(1) 遗传因素: 由遗传流行病学可知, 患抑郁症的机率与血缘关系成正比, 即亲缘关系越近患此病的概率越高。(2) 生化因素: 大脑突触间神经递质浓度下降可能导致抑郁症的产生。(3) 环境因素和应激: 抑郁症的产生可能由于遭受巨大的刺激或心情的长期低落。另外, 抑郁症可能与一些躯体疾病相关, 躯体疾病可能导致其他相关疾病的产生, 也会影响机体的其他正常功能。

(4) 性格因素: 遇事悲观, 自信心差, 对生活事件把握差, 过分担心等性特点会使心里负担加重, 从而产生抑郁。

1.2 从中医的角度看待抑郁症

中医认为, 抑郁症病位在脑, 抑郁症是由于五志过极或长期压抑导致, 而情志调节的基础为脑(神)一心(神)一五脏(神), 其中任一环节失常, 都可能引发抑郁症^[2], 五志包括怒、喜、思、悲(忧)、恐(惊), 而中医认为怒伤肝, 喜伤心, 思伤脾, 悲伤肺, 恐伤肾, 故抑郁症与五脏相关。肝主疏泄, 是调畅气机的基础, 能够调畅情志活动, 故认为抑郁症是由肝气郁结导致^[3]。因此主要原因为: (1) 肝郁气滞, 痰浊内蕴。(2) 脾失健运, 气血不足。

(3) 肾阴亏损, 心肾不交^[4]。(4) 肝气不舒, 疏泄失调。(5) 心失所养, 神不守舍。(6) 肾精亏虚, 元神失养^[5]。

2 研究方法

本研究是通过问卷调查展开的, 从研究对象中进行分层抽样调查。分别依据长沙医学院、湖南中医药大学以及湘雅医学院的在校大学生各年级人数比例, 最终确定抽取长沙医学院大一90人, 大二80人, 大三70、大四60人, 湖南中医药大学大一70人、大二60人、大三40人、大四30人, 湘雅医学院大一60人、大二60人、大三50人、大四30人。

3 研究结果

了解程度/年级	大一	大二	大三	大四
不太了解	35.00%	25.40%	17.80%	16.20%
了解基本	40.70%	40.40%	43.90%	38.10%
比较了解	24.30%	34.20%	38.30%	45.70%

(了解较少与不了解均视为不太了解)

根据调查结果可知百分之九十以上的医学生对抑郁症有所了解, 但其中百分之七十对其了解有限, 只有少数医学生对抑郁症

比较了解。大多数的医学生都是从相关医学课程上了解抑郁症。从调查结果来看, 大一至大四的医学生对于抑郁症的了解程度呈阶梯式上升。(本次问卷调查发出1000份, 收回850份)

4 抑郁症的防治措施

4.1 加强大学生对抑郁症的认识

据调查可知, 不同年级的医学生对抑郁症的了解程度呈阶梯式上升, 故而对医学知识的深入学习, 可以有效降低抑郁症的发病率。因此, 为更好的加强对抑郁症的认识, 可以从以下三个方面进行: (1) 增加医学生接触临床的机会, 提高医学生对疾病的认识; (2) 对医学生知识的掌握进行有效检测, 提高医学生的医学素养; (3) 对于非医学生, 进行对相关医学知识的有效普及, 并对其防治措施进行宣传和动员。

4.2 抑郁症的治疗

根据抑郁症的发病原因, 具体的治疗方案可分为中医疗法、西医疗法以及其他疗法。

中医疗法: (1) 中药疗法: 例如百合地黄汤, 四逆散, 甘麦大枣汤, 逍遥散, 柴胡疏肝散, 小柴胡汤等都可以用于治疗抑郁症。(2) 针灸, 推拿, 拔罐, 刮痧, 耳穴等: 通过这些疏通经络、行气活血、协调脏腑阴阳的方法, 能够有效缓解抑郁症所带来的各种不适状况。(3) 情志疗法, 气功, 导引, 中医食疗等。

西医疗法: (1) 药物治疗, 运用相关抗抑郁药物对机体的激素进行调节, 从而达到治疗的作用。(2) 运用基因技术是如今治疗抑郁症的主要方向, 临床治疗前, 可以先明确患者的基因型, 针对不同的基因型设计不同的治疗方案^[6]。(3) tDCS(经颅直流电刺激)通过调节背外侧前额叶的活动, 能够有效缓解抑郁症患者的症状, 改善其受损的认知功能, 并且疗效持续稳固^[7]。(4) 心理治疗: 针对具有明显客观因素的抑郁症患者, 运用认知行为治疗、人际治疗、支持心理治疗等心理治疗的同时还要使用药物治疗。其他疗法: 运动疗法, 音乐疗法等。

参考文献

- [1] 王英慧, 大学生抑郁症产生的原因及其预防对策[J].《卫生职业教育》2014年底2期9-10
- [2] 蔡海英, 章新根, 熊卫红等抑郁症的病因病机[J].北京市东城区永定门外社区卫生服务中心, 武警北京总队医院中医科, 2011
- [3] 陈凌, 胡万华, 支英豪等浅谈抑郁症的五脏观[J].江西中医药, 2009, 40(12): 9-10.
- [4] 胡慧, 抑郁症中医病因病机探讨[J].湖北中医学院, 2007
- [5] 吕田尧, 抑郁症患者中医病因病机的临床研究[J].北京市朝阳区管庄第二社区卫生服务中心, 100024
- [6] 刘婉婉, 董宪喆, 刘屏 MTHF R-C677T 基因多态性.一抑郁症治疗的新思路(1.中国人民解放军总医院临床药理研究室, 北京, 100853;2.天津中医药大学, 天津 300037)
- [7] 张大山, 史慧颖, 刘威, 邱江, 范丰慧, 经颅直流电刺激在抑郁症治疗中的应用[J].(认知与人格教育部重点实验室(西南大学);西南大学心理学部, 重庆, 400715)

* 通讯作者: 万佳婧