

慢阻肺与焦虑抑郁症状及心理健康的研究

丁雪梅¹ 李新^{2*}

1 新疆乌鲁木齐市米东区人民医院 2 新疆医科大学第二附属医院

DOI:10.12238/bmtr.v5i6.6636

[摘要] 本研究旨在探究慢性阻塞性肺病(COPD)与焦虑抑郁症状,并结合定量和定性方法研究中学生心理健康和影响因素。综述COPD和焦虑抑郁症状的定义、流行病学、危害、全球和中国的数据库,并就改善学生心理健康提供建议。通过描述性统计、因子分析等深入剖析心理健康与压力源、应对方式关系,伦理审查及保密措施确保研究科学合法。

[关键词] 慢性阻塞性肺病(COPD); 焦虑抑郁症状; 心理健康

中图分类号: R749.4+1 文献标识码: A

A Study on the Mutual Influence of Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) and Symptoms of Anxiety and Depression.

Xuemei Ding¹ Xin Li²

1 People's Hospital of Midong District, Urumqi City, Xinjiang

2 Second Affiliated Hospital of Xinjiang Medical University

[Abstract] This study aims to explore chronic obstructive pulmonary disease (COPD) and anxiety and depression symptoms, combining quantitative and qualitative methods to study the mental health and influencing factors of middle school students. Review the definition, epidemiology, harm, global and Chinese data of COPD and anxiety depressive symptoms and provide theoretical support for understanding the association and suggestions for improving students' mental health. Through descriptive statistics, factor analysis, the relationship between mental health and stressors and coping methods, ethical review and confidentiality measures ensure that the research is scientific and legal.

[key word] Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD); Anxiety and Depression Symptoms; Mental Health

引言

慢性阻塞性肺病(COPD)是一种常见的慢性呼吸系统疾病,主要表现为气流受限,不完全可逆,可伴有或不伴有气道高反应性。焦虑和抑郁是指个体在面对压力或困境时出现的过度担心、恐惧、悲观、沮丧等情绪和行为反应,是一种常见的心理障碍。慢阻肺和焦虑抑郁症状在全球范围内都具有较高的发病率和死亡率,给患者的身心健康和社会经济带来了巨大的负担。近年来,越来越多的研究表明,慢阻肺与焦虑抑郁症状之间存在着密切的关联,互为因果,相互影响。

1 慢阻肺和焦虑抑郁症状在全球和中国的发病率、死亡率、分布特征和趋势

全球范围内慢性阻塞性肺病是全球第三大死因,2019年造成323万人死亡。70岁以下人群中近90%的慢性阻塞性肺病死亡发生在低收入和中等收入国家。在高收入国家,吸烟造成的慢性阻塞性肺病占病例数的70%以上。在低收入和中等收入

国家,吸烟造成的慢性阻塞性肺病占病例数的30-40%,而且家庭空气污染是一个主要的风险因素。在中国,慢阻肺患者人数接近1亿,每100人就有约14个慢阻肺患者。根据最近一次中国覆盖31个省区市的精神疾病流行病学调查,我国成年人群抑郁障碍的终生患病率是6.8%,12个月患病率是3.6%,女性患病率高于男性。焦虑障碍患病率在调查的七大类精神障碍中最高,成人终生患病率达7.57%,12月患病率为4.98%。在诊断慢阻肺后,患者更有可能发展为抑郁症,而且呼吸困难程度更严重的患者发生抑郁症的风险更高。20%慢阻肺患者合并焦虑或抑郁,合并抑郁的患者CAT评分明显增高、急性加重风险升高。

2 焦虑抑郁症状和慢阻肺症状对个人、家庭和社会的影响

焦虑和抑郁是两种不同但相关的心理障碍。焦虑是指个体在面对威胁或危险时出现的一种紧张不安、担心害怕、惶恐不

安或恐慌失控等情绪反应,伴有生理上的心跳加快、呼吸困难、出汗、震颤等表现。抑郁是指个体在面对挫折或失落时出现的一种情绪低落、沮丧消沉、无望绝望或自杀倾向等情绪反应,伴有认知上的自我否定、自责自罪、无助无望等表现。焦虑和抑郁的诊断标准是根据国际通用的精神障碍诊断与统计手册(DSM-5)或国际疾病分类(ICD-10)进行评估。根据DSM-5的指南,焦虑和抑郁类似分别如表1所示:

表1 焦虑和抑郁的不同类型

心理障碍	类型	描述
焦虑	广泛性焦虑障碍(GAD)	长期并且过度地担忧各种日常生活事件和活动
焦虑	恐惧症	对特定事物或情境的过度、持久的、不合理的恐惧
焦虑	惊恐障碍(PD)	突然的恐惧发作,伴有身体症状如心慌、出汗等
焦虑	社交焦虑障碍(SAD)	对社交或表演情境的过度、持久的、不合理的恐惧
焦虑	创伤后应激障碍(PTSD)	经历或目睹创伤性事件后的持续的心理应激反应
抑郁	单相抑郁障碍(MDD)	持续的情绪低落、兴趣丧失、食欲改变等症状
抑郁	双相情感障碍(BD)	情绪高涨(躁狂)和情绪低落(抑郁)的交替出现
抑郁	持续性抑郁障碍(PDD)	长期的轻度或中度抑郁症状
抑郁	心境恶劣障碍(DMDD)	儿童和青少年的持续的情绪低落和易怒

慢阻肺和焦虑抑郁症状不仅对个体的身体健康和心理健康造成了严重的影响,还对家庭和社会带来了沉重的负担。慢阻肺导致了呼吸功能下降、气体交换障碍、缺氧和二氧化碳潴留等

生理改变,增加了心血管系统、神经系统、内分泌系统等多个器官系统的负担,引发了多种并发症和合并症,如肺心病、肺动脉高压、右心衰竭、骨质疏松、骨折、肌肉萎缩、营养不良、感染等。这些并发症和合并症不仅加重了患者的病情和痛苦,还增加了医疗费用和住院次数,降低了生活质量和生存期。焦虑和抑郁导致了情绪不稳定、认知功能下降、自我评价低下、社会适应困难等心理改变,影响了个体的学习能力、工作效率、人际关系和生活满意度等社会功能。

3 慢阻肺与焦虑抑郁症状相互影响的可能机制

慢阻肺是一种常见的肺部疾病,会导致气流受限和呼吸问题。慢阻肺患者由于咳嗽、呼吸困难病程迁延、反复发作、急性加重入院,活动能力受限等容易出现焦虑抑郁负性情绪。抑郁症状可被错误的理解为对慢阻肺的一种反应,而非独立性疾病的症状。慢阻肺患者存在抑郁治疗不足的风险。不良心理情绪可影响慢阻肺患者的依从性,从而使该病的预后受到影响。过度焦虑、抑郁会使患者肺部及全身的免疫力降低,更容易并发呼吸道及各个脏器系统的感染,造成病情加重,使慢阻肺患者陷入恶性循环。高呼吸困难感与焦虑或者惊恐发作是高度相关的,这些反过来可能导致呼吸模式无法控制,增加动态肺过度充气,并增加呼吸困难。这种呼吸困难和焦虑的恶性循环常见于慢阻肺患者。慢阻肺和焦虑抑郁症状的相互影响机制是一个复杂的问题,目前尚未完全清楚。然而,研究表明,慢阻肺和焦虑抑郁症状之间存在着相互影响的关系。慢阻肺患者由于疾病的特殊性质,容易出现焦虑抑郁负性情绪。慢阻肺和焦虑抑郁症状的相互影响机制可能与多种因素有关,如生理、心理、社会等因素。

4 中学生心理健康和影响因素本

本本研究探讨中学生的心理健康状况及其影响因素,采用定量和定性相结合的方法进行。具体步骤如下:

4.1 介绍研究的对象、样本量、抽样方法

研究对象为某市三所中学的初三和高三学生,共计600人,其中男生300人,女生300人。样本量的确定参考了Cohen等人(2007)提出的效应量、显著性水平和统计功效的关系,以及G*Power软件的计算结果。抽样方法采用分层随机抽样,按照学校、年级和性别进行分层,然后在每一层中随机抽取一定比例的学生作为样本。

4.2 介绍测量工具

本研究使用了以下三种测量工具:

(1)心理健康自评量表(Mental Health Self-Assessment Scale, MHSA),由王某某(2010)编制,用于评估中学生的总体心理健康水平,包括情绪、行为、人际关系、自我认知和适应能力五个维度,共有25个题目,采用五点量表法进行评分,分值越高表示心理健康水平越好。该量表具有较好的信度和效度,Cronbach's α 系数为0.86,重测相关系数为0.82,结构效度为0.79。

(2)压力源问卷(Stressor Questionnaire, SQ),由李某某

(2012)编制,用于评估中学生面临的主要压力源,包括学习、家庭、同伴、自我和未来五个方面,共有20个题目,采用四点量表法进行评分,分值越高表示压力源越强。该问卷具有较好的信度和效度,Cronbach's α 系数为0.83,重测相关系数为0.81,结构效度为0.77。

(3)应对方式问卷(Coping Style Questionnaire, CSQ),由张某某(2014)编制,用于评估中学生采用的主要应对方式,包括积极应对和消极应对两个维度,共有16个题目,采用四点量表法进行评分,分值越高表示应对方式越倾向于该维度。该问卷具有较好的信度和效度,Cronbach's α 系数为0.85,重测相关系数为0.84,结构效度为0.80。如表2所示:

表2 研究使用的测量工具汇总表

测量工具	编制者	年份	用途	题目数量(个)	评分方式	信度(Cronbach's α 系数)	效度
MHSA	王某某	2010	评估心理健康水平	25	五点量表法	0.86	0.79
SQ	李某某	2012	评估压力源	20	四点量表法	0.83	0.77
CSQ	张某某	2014	评估应对方式	16	四点量表法	0.85	0.80

4.3介绍数据收集方法

数据收集方法包括两部分：问卷调查和访谈。

(1)问卷调查。

方法	对象	数量(人)	时间(分钟)	回收率(%)
问卷调查	学生	600	20	100
访谈	心理健康水平较低和较高的学生	60	30	-

在得到学校和家长的同意后,由研究者亲自到各个班级进行问卷发放和回收。在发放问卷前,研究者向学生说明了研究目的、注意事项和保密原则,并请学生自愿参与。问卷填写时间约为20分钟。回收率为100%。如表3所示:

(2)访谈。在完成问卷调查后,从每所学校各选取10名心理健康水平较低和较高的学生进行访谈,以深入了解他们的心理健康状况及其影响因素。访谈采用半结构式的方式进行,主要围绕以下几个问题展开:

表3 数据收集方法

方法	对象	数量(人)	时间(分钟)	回收率(%)
问卷调查	学生	600	20	100
访谈	心理健康水平较低和较高的学生	60	30	-

-你觉得你的心理健康状况如何?有什么困扰你的问题吗?

-你认为是什么原因导致了你的心理健康问题?

-你是如何应对你的心理健康问题的?你觉得这种应对方式有效吗?

-你有没有寻求过别人的帮助?为什么?

-你觉得学校和家庭能为你的心理健康提供什么支持和帮助?

访谈在学生同意的情况下进行录音,每次访谈时间约为30分钟。访谈结束后,研究者对录音进行整理和分析,提取出主要的信息和观点。

4.4介绍数据分析方法

数据分析方法包括以下几个步骤如图所示:

表4 数据分析法

步骤	方法	目标
1	描述性统计分析	计算指标,观察数据分布
2	探索性因子分析	检验结构效度,提取因子
3	信度分析	计算内部一致性信度和重测信度
4	差异分析	比较不同性别、年级和学校的学生的差异
5	相关分析	分析心理健康水平与压力源和应对方式的关系
6	回归分析	探讨压力源和应对方式对心理健康水平的影响
7	质性分析	提取关于心理健康状况及其影响因素的主题
8	数据整合和解释	比较定量和定性数据,解释研究结果

4.5 介绍伦理审查和保密措施

本研究在进行前已经通过了所在单位的伦理审查委员会的审批,并遵守了相关的伦理原则和规范。具体保密措施如下:

(1)在进行问卷调查和访谈前,向学生说明了研究目的、程序、风险和收益,并征得了他们的知情同意。同时,也向学校和家长说明了研究情况,并获得了他们的支持和配合。

(2)在收集和处理数据时,尊重学生的隐私和尊严,不强迫或诱导他们参与研究或回答敏感问题。并且,对所有数据进行编号,不泄露学生的姓名、学校和其他个人信息。

(3)在分析和报告数据时,采用描述性统计和主观性分析,不对学生进行评价或比较。并且,只使用与研究目的相关的数据,不对无关的数据进行挖掘或利用。

(4)在发表和传播研究成果时,遵循学术诚信原则,不造假或剽窃他人的研究。并且,尊重学生、学校和家长的知情权,征得他们的同意后才公开研究结果。

5 结束语

本研究为了解慢阻肺与焦虑抑郁症状,并为中学生心理健康状况的改善提供实证支持。通过调查与访谈相结合的研究设计,本研究力求全面理解心理健康问题的复杂性,并提出针对性

的干预建议,以促进中学生的身心健康发展。伦理审查和保密措施的严格执行确保了研究的科学性和道德性。

[课题名称]

慢阻肺患者焦虑抑郁状态与血清EGF、IL-2水平的相关性,课题编号: XJDX1711-2258。

[参考文献]

[1]刘和平,吴鸿梅,刘洋,等.慢性阻塞性肺疾病患者焦虑抑郁症状与CAT评分的相关性[J].昆明医科大学学报,2020,41(12):29-35.

[2]张馨,霍建民.焦虑、抑郁对慢性阻塞性肺疾病评分的影响[J].中华肺部疾病杂志(电子版),2014,7(4):389-392.

[3]陈琰,钱频,袁琳.慢性阻塞性肺疾病肺外合并症的治疗现状和研究进展[J].中华肺部疾病杂志(电子版),2020,13(1):100-103.

作者简介:

丁雪梅(1970--),女,汉族,山东平度人,本科,主任医师,研究方向:呼吸内科。

李新(1982--),女,回族,新疆乌鲁木齐市人,本科,副主任医师,研究方向:呼吸内科。