

新型冠状病毒肺炎疫情期间驻京某医院 在职人员焦虑抑郁分析及应对策略

赵津京, 马建新, 汪 敏, 须 瑞, 王 凯, 杨志丽, 张金萍

【摘要】 目的 探讨新型冠状病毒肺炎(corona virus disease 2019, COVID-19)疫情期间驻京某三甲医院在职人员焦虑、抑郁状况及应对策略。**方法** 疫情爆发第三周内, 采用一般资料问卷、焦虑自评量表(self-rating anxiety scale, SAS)、抑郁自评量表(self-rating depression scale, SDS)、电话心理访谈对 413 名在职人员开展心理测评, 并进行统计学分析。**结果** 413 名在职人员中 108 人(26.2%)出现失眠, “睡眠不稳不深”和“入睡困难”为主, 失眠人员焦虑、抑郁得分显著高于睡眠正常人员($P < 0.05$); SAS 均分明显高于全国常模($P < 0.05$), 男性焦虑得分高于女性($P < 0.05$), 医疗、后勤管理岗位得分高于医师、护士岗位($P < 0.05$)。413 名在职人员中 38 人(9.2%)出现抑郁症状, SDS 均分低于全国常模($P < 0.05$)。“中、重度抑郁”中, “复合型失眠”人员全部在列。**结论** 应重视疫情期间三甲医院在职人员的睡眠筛查和失眠干预, 积极开展缓解焦虑的心理疏导和应对措施, 不能忽视管理岗位人员的心理健康。

【关键词】 新型冠状病毒肺炎; 三甲医院; 在职人员; 焦虑; 抑郁; 策略

【中图分类号】 R 563.1; R 395

【文献标识码】 A

doi:10.13730/j.issn.1009-2595.2020.03.016

Analysis and Strategies of Anxiety and Depression of the Staff in a Hospital in Beijing During the Epidemic of COVID-19

ZHAO Jinjing, MA Jianxin, WANG Min, XU Rui, WANG Kai, YANG Zhili, ZHANG Jinping. Department of Neurology, NO. 305 Hospital of Chinese People's Liberation Army, Beijing 100017, China

【Abstract】 Objective To explore the status and strategies of anxiety and depression for the staff in a grade A of level III in Beijing during the epidemic of corona virus disease 2019 (COVID-19). **Methods** A total of 413 in-service staff were assessed by general data questionnaire, self-rating anxiety scale (SAS), self-rating depression scale (SDS) and telephone psychological interview in the third week after COVID-19 outbreak, which results were statistically analyzed. **Results** Among the 413 staffs, 108 cases (26.2%) had insomnia, the "unstable sleep" and "difficulty in falling asleep" as the main states. The scores of anxiety and depression of insomnia were significantly higher than those in normal sleepers ($P < 0.05$); the average score of SAS in the staff was significantly higher than that of national norm ($P < 0.05$), as same as the male was higher than that of the female ($P < 0.05$), the average score of medical and logistics management posts were higher than those of doctors and nurses ($P < 0.05$). Among the 413 staffs, 38 cases (9.2%) had depressive symptoms, the average score of SDS in the staff was lower than that of national norm ($P < 0.05$). Among the staff of "moderate and severe depression", all the "compound insomnia" cases were included. **Conclusion** Attention should be paid to the sleep screening and insomnia intervention of the in-service staff in grade A of level III during the epidemic period, and psychological counseling and coping measures should be actively carried out to alleviate anxiety. The mental health of the staff in management positions should not be ignored.

【Key words】 Corona virus disease 2019; Grade A of level III hospital; Staff; Anxiety; Depression; Strategy

新型冠状病毒肺炎(corona virus disease 2019, COVID-19)具有“突发性、潜伏期较长、传播速度快、人群普遍易感、尚无特效治疗方法”等特点^[1]。疫情出现后, 北京新增患病人数达数百人, 出现多名医护人员被感染, 医院采取不同程度的隔离或封闭式管理措施。医院在职工作人员因为风险较高、管理严格、工作压力大、疫情信息风暴等因素影响, 心理健

康状况呈现多样化。国家卫健委在疫情蔓延早期就要求做好疫情中的紧急心理危机干预指导^[2]。本文对驻京某三甲医院封闭管理期间在职人员进行焦虑抑郁现状的调查分析, 旨在为医院开展有针对性的心理健康服务提供指导。

1 资料与方法

1.1 对象

对驻京某三甲医院在职工作人员发放调查问卷, 共回收有效心理测评问卷和量表 413 份。其中, 男性

【基金项目】 总参军事医学和老年病科研基金项目(ZCWS14B11)

【作者单位】 100017 北京, 解放军 305 医院神经内科(赵津京、马建新、汪 敏、须 瑞、王 凯、杨志丽、张金萍)

132 人(32.0%),女性,281 人(68.0%);年龄 21~66 岁,20~30 岁 201 人(48.7%),31~40 岁 129 人(31.2%),41~50 岁 63 人(15.3%),≥51 岁 20 人(4.8%);分别来自 5 种职业岗位:护士 171 人(41.4%),医师 115 人(27.8%),技师 62 人(15.0%),药师 31 人(7.5%),医疗护理管理 19 人(4.6%),行政后勤管理 15 人(3.6%);学历背景,大专 138 人(33.4%),本科 183 人(44.3%),硕士 70 人(16.9%),博士 22 人(5.3%)。

1.2 方法

心理测试于 COVID-19 疫情爆发第三周内进行。采用一般资料问卷(科室、岗位、姓名、性别、年龄、学历、睡眠状况)、焦虑自评量表(self-rating anxiety scale, SAS)、抑郁自评量表(self-rating depression scale, SDS)^[3]对在职人员进行问卷调查,各科室和职能部门对照电子版,将结果直接填写在纸上,拍照片统一传回。对睡眠差合并 SAS 或 SDS 得分超出分界值人员开展电话心理访谈。按照中国常模研究结果, SAS 的分界值为 50 分,50~59 分为轻度焦虑,60~69 分为中度焦虑,70 分及以上为重度焦虑^[4];SDS 的分界值为 53 分,53~62 分为轻度抑郁,63~72 分为中度抑郁,72 分以上为重度抑郁^[5]。

1.3 统计学处理

采用 SAS 9.4 软件进行统计分析。计量资料采用均数±标准差($\bar{x} \pm s$)表示,两组比较采用 *t* 检验,多组比较采用方差分析,两两比较采用 SNK 法;一般构成比进行描述性分析。 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 睡眠状况

413 份问卷一般资料中,睡眠正常 305 人(73.8%)、失眠 108 人(26.2%)。失眠结果中,入睡困难 32 人(29.6%),睡眠不稳不深 51 人(47.2%),早醒 12 人(11.1%),复合型失眠 13 人(12.0%)。

2.2 在职人员焦虑、抑郁得分与国内常模比较

在职人员 SAS 得分明显高于国内常模,SDS 得分显著低于国内常模,差异均有统计学意义($P < 0.05$),见表 1。其中无焦虑的 404(97.8%)人,轻度焦虑的 9(2.2%)人;无抑郁的 373(90.3%)人,轻度抑郁的 28(6.8%)人,中度抑郁的 10(2.4%)人,重度抑郁的 2(0.5%)人,抑郁异常人数较焦虑异常明显偏多,程度都以轻度为主。

表 1 在职人员 SAS、SDS 得分与国内常模比较 ($\bar{x} \pm s$)

Table 1 Scores of SAS and SDS between the staff and national norm ($\bar{x} \pm s$)

项目	SAS		SDS	
	<i>n</i>	得分(分)	<i>n</i>	得分(分)
在职人员	413	32.02±7.34	413	34.86±10.81
国内常模	1158	29.78±0.46	1340	41.88±10.57
<i>t</i> / <i>P</i> 值		5.98/<0.0001		11.74/<0.0001

2.3 不同因素对 SAS、SDS 得分结果的影响

SAS 得分中男性高于女性,管理岗位得分高于医师、护士岗位,睡眠异常人员得分明显高于睡眠正常人员($P < 0.05$),不同年龄、学历人员得分差异无统计学意义($P > 0.05$)。SDS 得分中睡眠异常人员组明显高于睡眠正常人员组($P < 0.05$);不同性别、年龄、学历、岗位间得分差异无统计学意义($P > 0.05$),见表 2。

表 2 不同因素对 SAS、SDS 得分的影响 ($\bar{x} \pm s$)

Table 2 Comparison of SAS, SDS scores in different factors ($\bar{x} \pm s$)

项目	<i>n</i>	SAS 得分	SDS 得分
性别			
男	132	33.11±7.94	36.33±11.27
女	281	31.52±7.00	34.17±10.55
<i>t</i> / <i>P</i> 值		2.06/0.0400	1.90/0.0588
年龄			
20~30 岁	201	32.10±7.39	35.40±10.72
31~40 岁	129	31.96±7.66	34.29±11.69
41~50 岁	63	32.56±6.89	35.83±10.30
≥51 岁	20	30.00±6.14	30.08±5.22
<i>F</i> / <i>P</i> 值		0.63/0.5917	1.77/0.1523
学历			
大专	138	31.88±7.36	35.61±11.23
本科	183	31.92±6.97	34.12±9.76
硕博士	92	32.45±8.05	35.22±12.14
<i>F</i> / <i>P</i> 值		0.19/0.8231	0.81/0.4453
岗位			
医师	115	31.14±7.34*	33.46±10.90
护士	171	31.29±7.15**	34.23±10.66
技师	62	33.04±6.58	36.67±10.43
药师	31	33.91±7.16	36.77±10.32
管理岗位	34	35.11±8.68	37.72±11.84
<i>F</i> / <i>P</i> 值		3.22/0.0127	1.92/0.1066
睡眠质量			
正常	305	30.11±5.96	32.33±9.01
异常	108	37.43±8.16	42.01±12.23
<i>t</i> / <i>P</i> 值		9.90/<0.0001	8.69/<0.0001

注:SAS 得分,与管理岗位比较 ** $P < 0.01$, * $P < 0.05$

3 讨论

3.1 失眠、焦虑、抑郁与心理应激

王鲁文等^[6]对 SARS 流行期间武汉地区一线医护人员焦虑及抑郁心理状况进行了调查,发现 SAS 及

SDS 得分与我国常模无显著性差异。本调查中,驻京某三甲医院 1/4 以上的在职人员出现睡眠差,在职人员平均焦虑得分明显高于全国常模。相对于 2003 年的 SARS, COVID-19 对医院工作人员的焦虑情绪影响更加明显,表现在:①潜伏期、医学隔离观察期长,工作人员心理压力和负担更重^[7]。②传染性强,传播途径尚未完全明了,医院多采取大范围、长时间的封闭或半封闭管理。工作人员活动空间受限、心理宣泄渠道减少,加之冬春季节的气候特点,失眠发生率高^[8-9]。③疫情信息风暴中,各种多媒体信息铺天盖地,对部分工作人员带来较大的心理冲击,“共情伤害”更明显^[10]。本文量表测试处于 COVID-19 第二个潜伏期周期,这个阶段的“情绪定律”主要是“恐惧逐渐演变为焦虑、强迫的心态”^[11], SAS 平均分偏高,符合这一阶段的特点。SDS 均分低于国内常模,考虑同该疫情时期以急性应激为表现,尚未进入到抑郁情绪为主的阶段。

3.2 焦虑、抑郁特点及干预策略

本调查结果中,焦虑平均分偏高,但异常得分的人员占比不高;抑郁平均分偏低,但抑郁得分异常人员偏多。SAS、SDS 结果中,失眠人员焦虑、抑郁平均分显著高于睡眠正常人员。提示“睡眠好坏”在其中起到重要的影响。该医院失眠人员多,以“睡眠不稳不深”和“入睡困难”为主,这两种失眠系心理生理相关性,多与短期、急性、轻度焦虑状态有关^[12]。“复合型失眠”人员中 SDS 得分均为异常,心理访谈了解到该类人员平时都存在睡眠不佳。平时就存在的慢性失眠、疫情的急性应激刺激,加之发病正值中国传统春节^[13],原本是亲情汇聚的时刻,疫情爆发后转变为“彼此不能相顾”,社会支持系统变得“脆弱”,或是“抑郁得分异常及该类人员偏多”的主要影响因素。提示医院管理部门:①疫情期间,应早期摸底在职人员睡眠情况,重点关注、跟踪平时睡眠差的人员,合理安排班次和工作岗位,加强该类人员的心理干预和社会支持。②针对“焦虑”状态和大量人员的“失眠”,应适时组织人文关怀活动^[14],倡导落实在职人员的一日生活制度管理,增加适合疫情期间的体育锻炼。③针对部分抑郁状态明显的人员,应防治结合,多次开展心理监测或心理投射测验。

3.3 不同客观因素对焦虑、抑郁的影响及应对管理

赵芮等^[15]指出,日常工作中,女性医护人员更容易出现抑郁,护士焦虑、抑郁的发病率最高,其次是医生,机关后勤人员相对较低。本调查中:①不同性别、年龄、学历、岗位抑郁得分无显著差异,考虑测试结果受到“疫情早期阶段情绪特点”的影响^[13],期待 SDS

量表复测和动态跟踪;男性焦虑得分高于女性,分析原因:该三甲医院疫期发热门诊、急诊、检验、放射、洗消、留观病房等一线岗位男性工作人员居多;COVID-19 爆发正处于春节期间,原本的计划被打乱,男性工作人员因社会角色分工,顾虑更多。提示应重点对该类人群进行岗位宣教和共情沟通。②不同年龄、学历人员焦虑状态无明显差异,或因疫情早期传染源、传播途径、治疗方案均未完全明确,对所有阅历层次人员都是一样的“未知”。③管理岗位焦虑得分高于医师、护士岗位,分析医护人员具有一定的专业背景,对 COVID-19 的理解相对理性,管理人员缺乏专业基础,更容易受到疫情信息风暴的“共情伤害”。特殊管理期间,医院在职人员多、要求高,管理岗位人员工作量、工作压力明显增大,这一群体多在医院的机关,容易被忽视,应加强关爱和动态心理监测。

参 考 文 献

- [1] 国家卫生健康委办公厅、国家中医药管理局办公室. 新型冠状病毒感染的肺炎诊疗方案(试行第七版)[S]. 2020-03-03
- [2] 应对新型冠状病毒感染的肺炎疫情联防联控工作机制. 关于印发新型冠状病毒感染的肺炎疫情紧急心理危机干预指导原则的通知[EB/OL]. [2020-02-01]. http://www.gov.cn/xinwen/2020-01/27/content_5472433.htm
- [3] 吴学智,彭林珍,罗家洪,等. 某医学院硕士研究生焦虑与抑郁自评量表结果分析[J]. 昆明医科大学学报,2013(1):39-42
- [4] 汪向东,王希林,马弘. 心理卫生评定量表手册[J]. 中国心理卫生杂志,1999(增刊):124-127
- [5] 忻丽云,侯春兰,王润梅,等. 抑郁症抑郁自评量表的因子结构分析及影响因素[J]. 中国健康心理学杂志,2012,20(10):1521-1523
- [6] 王鲁文,杨丽华,陈晓蓓,等. SARS 流行期间武汉地区一线医护人员心理调查[J]. 中国行为医学科学,2003,12(5):556-558
- [7] 华敏,王征,高东旗,等. 部队呼吸道传染病疫情管控期间官兵心理干预方案探讨[J]. 解放军预防医学杂志,2018,36(6):819-821
- [8] 张文慧,李儿,郑丽平,等. 杭州某新型冠状病毒肺炎定点医院护士的焦虑现状调查及对策[J]. 健康研究,2020,40(2):130-132
- [9] 吕杨,贾燕瑞,高凤莉. 参与救治新发急性呼吸道传染病医护人员心理健康影响因素及应对策略[J]. 中国护理管理,2019,19(1):83-86
- [10] 王艺潼. 突发事件舆情信息传播的心理问题及疏导研究[D]. 哈尔滨:黑龙江大学硕士论文,2019
- [11] 水木然. 比“新冠肺炎”更可怕的,是你不懂“情绪定律”[EB/OL]. [2020-02-01]. https://www.sohu.com/a/372909630_156187
- [12] 许晓伍,黄妙纯,刘凤岚,等. 失眠的病因学研究进展[J]. 世界睡眠医学杂志,2017,4(5):307-312
- [13] 杨艳,赵界,齐玲,等. 新型冠状病毒肺炎疫情下遂宁市一线医护人员配偶的焦虑与社会支持现状[J]. 全科护理,2020,18(8):940-944
- [14] 蔡娇,乔安花,柏涌海,等. 火神山医院一线抗疫医务人员睡眠现状 & 影响因素[J]. 解放军医院管理杂志,2020,27(3):204-207
- [15] 赵芮,谢玉秋,徐浩,等. 医院环境下医护人员与患者抑郁、焦虑的比较研究[J]. 中国卫生标准管理,2018,9(6):13-14

(2020-03-22 收稿)