

MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN ĐẾN CHẤT LƯỢNG GIẤC NGỦ CỦA SINH VIÊN ĐIỀU DƯỠNG TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC THÁI BÌNH NĂM 2022

Lê Thị Hồng¹, Nguyễn Văn Dương²

TÓM TẮT

Mục tiêu: Tìm hiểu một số yếu tố liên quan đến chất lượng giấc ngủ của sinh viên điều dưỡng Trường Đại học Y Dược Thái Bình năm 2022. **Phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả thông qua một cuộc điều tra cắt ngang 280 sinh viên điều dưỡng từ năm thứ 1 đến năm thứ 4 đang học tập tại trường Đại học Y Dược Thái Bình năm 2022. **Kết quả:** Các yếu tố liên quan đến chất lượng giấc ngủ của sinh viên gồm: giới, năm học, kết quả học tập, uống rượu bia, áp lực học tập, áp lực tâm lý xã hội. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$.

Từ khóa: Chất lượng giấc ngủ, sinh viên điều dưỡng, yếu tố liên quan.

SUMMARY

ASSOCIATED FACTORS TO SLEEP QUALITY OF NURSING STUDENTS AT THAI BINH UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY IN 2022

Objective: Find out some associated factors to sleep quality of nursing students at Thai Binh University of Medicine and Pharmacy in 2022.

Methods: Descriptive study through cross-sectional survey on 280 nursing students studying from 1st to 4th year at Thai Binh University of Medicine and Pharmacy in 2022. **Results:** Associated factors to students' sleep quality include: gender, school year, academic performance, alcohol consumption, academic pressure, and psychosocial pressure. The difference was statistically significant with $p < 0.05$.

Keywords: Sleep quality, nursing students, associated factors.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Ngủ là một hoạt động hàng ngày, chiếm đến một phần ba cuộc đời của mỗi người. Tuy nhiên, đa số nhiều người vẫn chưa thực sự hiểu biết về giấc ngủ và chức năng của nó. Dù rằng chức năng của giấc ngủ vẫn chưa được làm rõ hoàn toàn nhưng ngủ vẫn là một nhu cầu cơ bản và cần thiết đối với tất cả các động vật sống cấp cao bao gồm cả con người, cũng như sự thiếu vắng của hoạt động này có thể gây ra những hậu quả sinh lý nghiêm trọng đối với con người. Mất ngủ gây suy giảm nghiêm trọng về chất

lượng cuộc sống [1]. Tình trạng CLGN kém làm cho con người suy giảm sự tập trung, chú ý, dễ xảy ra những sai sót trong quá trình lao động, sinh hoạt làm tăng nguy cơ chấn thương, té ngã, tai nạn lao động, tai nạn sinh hoạt. Các nghiên cứu trên thế giới đã chỉ ra mối liên quan giữa CLGN kém và các bệnh mãn tính, chất lượng cuộc sống [2]. Nghiên cứu của chúng tôi nhằm tìm hiểu mối liên quan giữa CLGN và các yếu tố nguy cơ của sinh viên điều dưỡng đang học tập tại trường Đại học Y Dược Thái Bình năm 2022.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Thiết kế nghiên cứu. Nghiên cứu mô tả thông qua một cuộc điều tra cắt ngang.

Đối tượng nghiên cứu. Sinh viên điều dưỡng đang học tập tại trường Đại học Y Dược Thái Bình năm 2022.

Tiêu chuẩn lựa chọn. Sinh viên điều dưỡng từ năm thứ 1 đến năm thứ 4 đang học tập tại trường Đại học Y Dược Thái Bình năm 2022 và sinh viên đồng ý tham gia nghiên cứu.

Tiêu chuẩn loại trừ. Những sinh viên vắng mặt trong thời gian nghiên cứu.

Địa điểm nghiên cứu. Trường Đại học Y Dược Thái Bình.

Cỡ mẫu. Được tính theo công thức

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

Chúng tôi lấy $p = 0,481$ (tỷ lệ sinh viên có CLGN kém theo nghiên cứu của Lohsoonthorn V. năm 2013 [3]). Từ đó tính được $n = 266$. Do đó cỡ mẫu của chúng tôi là 266 sinh viên. Chúng tôi lấy thêm 5% cỡ mẫu, do vậy cỡ mẫu được lựa chọn trong nghiên cứu là 280 sinh viên. Cỡ mẫu cho mỗi khối lớp điều dưỡng là 70 sinh viên.

Phương pháp thu thập số liệu. Các điều tra viên được tập huấn về phương pháp thu thập số liệu. Nghiên cứu viên cùng điều tra viên thảo luận để thống nhất các nội dung bộ câu hỏi, kỹ thuật và cách tiến hành thu thập số liệu. Tiến hành phỏng vấn trực tiếp theo bộ câu hỏi, cuộc phỏng vấn tiến hành tại nơi yên tĩnh, đảm bảo sự riêng tư cho sinh viên. Về thời điểm tiến hành phỏng vấn, sắp xếp vào các giờ nghỉ giải lao của sinh viên hoặc những ngày cuối tuần mà sinh viên có mặt tại trường. Thời gian tiến hành phỏng vấn trong khoảng 15-20 phút.

Bộ công cụ gồm 4 phần để đo lường các yếu tố:

¹Trường Đại học Y Dược Thái Bình

²Trường Cao đẳng Y tế Thái Bình

Chịu trách nhiệm chính: Lê Thị Hồng

Email: lethihong6591@gmail.com

Ngày nhận bài: 12.4.2023

Ngày phản biện khoa học: 19.5.2023

Ngày duyệt bài: 16.6.2023

- Phần A: Một số đặc điểm của đối tượng nghiên cứu

- Phần B: Khảo sát một số yếu tố hành vi của sinh viên bao gồm thói quen hút thuốc lá, tập thể dục, sử dụng rượu bia, thói quen sử dụng các chất kích thích và thói quen sử dụng thiết bị di động. Các thói quen này được đánh giá theo các tiêu chuẩn đã được xây dựng qua các nghiên cứu trước [4].

- Phần C: Khảo sát về các mức độ áp lực học tập và áp lực tâm lý xã hội [4, 5].

- Phần D: Khảo sát CLGN của sinh viên theo thang đo PSQI (The Pittsburgh Sleep Quality Index) bản tiếng Việt đã được chuẩn hóa, gồm 7

thành phần: CLGN theo cảm giác chủ quan, giai đoạn đi vào giấc ngủ, thời lượng ngủ, hiệu quả giấc ngủ theo thói quen, các rối loạn giấc ngủ, dùng thuốc ngủ, rối loạn chức năng hoạt động ban ngày [6].

Xử lý số liệu. Số liệu được nhập và xử lý bằng phần mềm SPSS 20.0.

Đạo đức trong nghiên cứu. Nghiên cứu đã được thông qua Hội đồng đề cương của trường Đại học Y Dược Thái Bình. Các đối tượng nghiên cứu được thông báo rõ về mục đích nghiên cứu và thông tin cá nhân về đối tượng được giữ bí mật bằng cách mã hoá.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 1. Mối liên quan giữa giới tính, dân tộc, năm học và kết quả học tập của sinh viên với chất lượng giấc ngủ (n=280)

Đặc điểm		CLGN		OR (95% CI)	P
		Kém n (%)	Tốt n (%)		
Giới tính	Nam	21 (65,6)	11 (34,4)	2,21(1,02 – 4,77)	0,040
	Nữ	115 (46,4)	133 (53,6)		
Dân tộc	Kinh	118 (48,8)	124 (51,2)	1,06 (0,53 – 2,09)	0,873
	Khác	18 (47,4)	20 (52,6)		
Năm học	Năm thứ 1	43 (61,4)	27 (38,6)	0,75 (0,38 – 1,46)	0,393
	Năm thứ 2	38 (54,3)	32 (45,7)		
	Năm thứ 3	32 (45,7)	38 (54,3)		
	Năm thứ 4	23 (32,9)	47 (67,1)		
Kết quả học tập	Xuất sắc/giỏi	19 (29,2)	46 (70,8)	1,65 (0,86 – 3,18)	0,134
	Khá	45 (40,5)	66 (59,5)		
	TB/TB khá/yếu	72 (69,2)	32 (30,8)		
				5,45 (2,77 – 10,73)	0,000

Kết quả bảng 1 cho thấy, sinh viên nam nguy cơ có CLGN kém cao hơn 2,21 lần so với sinh viên nữ (95% CI: 1,02 – 4,77). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với p = 0,040.

Sinh viên năm thứ 4 có CLGN kém thấp hơn 0,31 lần so với năm thứ 1 (95% CI: 0,15 – 0,62). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với p=0,001.

Nhóm sinh viên có kết quả học tập trung bình/trung bình khá/yếu nguy cơ có CLGN kém cao hơn 5,45 lần so với nhóm sinh viên xuất sắc/giỏi (95% CI: 2,77 – 10,73). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với p=0,000. Chưa tìm thấy mối liên quan giữa dân tộc với chất lượng giấc ngủ của sinh viên.

Bảng 2. Mối liên quan giữa nguồn thu nhập hàng tháng và cùng không gian ngủ với chất lượng giấc ngủ (n=280)

Đặc điểm		CLGN		OR (95% CI)	P
		Kém n (%)	Tốt n (%)		
Nguồn TN hàng tháng	GD chu cấp hoàn toàn	107 (49,3)	110 (50,7)	0,84 (0,47 – 1,49)	0,555
	GD chu cấp 1 phần, bạn tự trang trải 1 phần	27 (45,0)	33 (55)		
	Bạn tự trang trải hoàn toàn	2 (66,7)	1 (33,3)		
Cùng KGN	Có	72 (48,3)	77 (51,7)	0,98 (0,61 – 1,57)	0,929
	Không	64 (48,9)	67 (51,1)		

Kết quả bảng 2 chưa tìm thấy mối liên quan giữa nguồn thu nhập hàng tháng và cùng không gian ngủ với người khác với CLGN của sinh viên.

Bảng 3. Mối liên quan giữa các đặc điểm về thói quen hút thuốc lá, tập thể dục, uống rượu bia và sử dụng điện thoại của sinh viên với chất lượng giấc ngủ (n=280)

Đặc điểm	CLGN		OR (95% CI)	p
	Kém n (%)	Tốt n (%)		

Hút thuốc lá	Chưa từng hút	134 (49,1)	139 (50,9)		
	Đã từng hút	1 (20,0)	4 (80,0)	0,26 (0,03 – 2,35)	0,230
	Đang hút	1 (50,0)	1 (50)	1,04 (0,06 – 16,75)	0,979
Tập thể dục	Có	65 (53,7)	56 (46,3)	1,44 (0,89 – 2,31)	0,133
	Không	71 (44,7)	88 (55,3)		
Uống rượu bia	Có	38 (64,4)	21 (35,6)	2,27 (1,25 – 4,12)	0,006
	Không	98 (44,3)	123 (55,7)		
Mức độ uống rượu bia	< 1 ly	11 (52,4)	10 (47,6)		
	1-19 ly	25 (71,4)	10 (28,6)	2,27 (0,74 – 7,02)	0,154
	> 19 ly	2 (66,7)	1 (33,3)	1,82 (0,14- 23,25)	0,646
Sử dụng ĐTĐĐ	Có	134 (48,9)	140 (51,1)	1,91 (0,35 – 10,63)	0,685
	Không	2 (33,3)	4 (66,7)		
Thời gian dùng ĐTĐĐ	< 1 giờ	32 (47,1)	36 (52,9)		
	1 - < 2 giờ	56 (48,7)	59 (51,3)	1,07 (0,59 – 1,95)	0,830
	≥ 2 giờ	46 (50,5)	45 (49,5)	1,15 (0,61 – 2,16)	0,663

Từ kết quả bảng 3: chưa tìm thấy mối liên quan giữa hút thuốc lá, tập thể dục, mức độ uống rượu bia và sử dụng điện thoại trước khi đi ngủ với CLGN của sinh viên.

Nhóm sinh viên uống rượu bia nguy cơ có CLGN kém cao hơn 2,27 lần so với nhóm không uống rượu bia (95% CI: 1,25 – 4,12). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p=0,006$.

Bảng 4. Mối liên quan giữa áp lực học tập và tâm lý xã hội của sinh viên với chất lượng giấc ngủ (n=280)

Đặc điểm	CLGN		OR (95% CI)	P	
	Kém n (%)	Tốt n (%)			
Áp lực học tập	Có	15 (78,9)	4 (21,1)	4,34 (1,40 – 13,42)	0,006
	Không	121 (46,4)	140 (53,6)		
Áp lực tâm lý xã hội	Có	15 (71,4)	6 (28,6)	2,85 (1,07 – 7,58)	0,029
	Không	121 (46,7)	138 (53,3)		

Bảng 4 cho thấy, nhóm sinh viên có áp lực học tập nguy cơ có CLGN kém cao hơn 4,34 lần so với nhóm không có áp lực học tập (95% CI: 1,40 – 13,42). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p=0,006$.

Nhóm sinh viên có áp lực tâm lý xã hội nguy cơ có CLGN kém cao hơn 2,85 lần so với nhóm không có áp lực tâm lý xã hội (95% CI: 1,07 – 7,58). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p=0,029$.

IV. BÀN LUẬN

Mối liên quan giữa một số đặc điểm chung của sinh viên với chất lượng giấc ngủ: Sinh viên nam nguy cơ có CLGN kém cao hơn 2,21 lần so với sinh viên nữ (95% CI: 1,02 – 4,77). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p=0,040$. Tuy nhiên một số nghiên cứu không tìm thấy mối liên quan giữa giới và CLGN [3, 4]. Sinh viên năm thứ 4 có CLGN kém thấp hơn 0,31 lần so với năm thứ 1 (95% CI: 0,15 – 0,62). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p=0,001$. Kết quả này tương tự với nghiên cứu của Trần Ngọc Trúc Quỳnh khi tác giả này tìm thấy tỷ lệ CLGN kém ở sinh viên năm 5 bằng 0,72 lần (PR=0,72; 95% CI: 0,53 – 0,98) so với năm nhất [5]. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p<0,05$. Điều này có

thể do sinh viên năm nhất còn nhiều bỡ ngỡ hơn, gặp nhiều khó khăn để thích nghi với cuộc sống mới ở bậc đại học hơn. Do đó, CLGN của họ cũng kém hơn so với những sinh viên khóa trên. Kết quả và cách lý giải trên cũng phù hợp với nghiên cứu về CLGN và các yếu tố liên quan ở sinh viên Hồng Kông của nhóm tác giả Suen, L. K. và cộng sự [7]. Tuy nhiên nghiên cứu của Nguyễn Công Cường không tìm thấy mối liên quan giữa năm học và CLGN [4]. Nhóm sinh viên có kết quả học tập trung bình/trung bình khá/yếu nguy cơ có CLGN kém cao hơn 5,45 lần so với nhóm sinh viên xuất sắc/giỏi (95%CI: 2,77 – 10,73). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p=0,000$. Nhiều nghiên cứu cũng chỉ ra rằng CLGN kém có mối liên quan đến kết quả học tập kém hơn. Nghiên cứu của Trần Ngọc Trúc Quỳnh cũng cho thấy tỉ lệ sinh viên có CLGN kém ở các sinh viên có kết quả học tập trung bình, trung bình khá và khá giỏi lần lượt bằng 0,73; 0,68; 0,66 lần so với những sinh viên có kết quả học tập yếu. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p<0,05$ [5]. Theo nghiên cứu cho đối tượng sinh viên y khoa Sudan (2015) giữa 2 nhóm sinh viên có kết quả học tập xuất sắc và trung bình thì tổng điểm CLGN kém ở nhóm xuất sắc là $4,03 \pm 3,3$ so với nhóm trung bình là $10,6 \pm 3,8$, có sự

khác biệt về thống kê giữa 2 nhóm ($p < 0,001$), tỉ lệ về CLGN kém ở 2 nhóm xuất sắc và trung bình lần lượt là 36% và 94,6% với $p < 0,001$ có ý nghĩa thống kê [8]. Nghiên cứu chưa tìm thấy mối liên quan giữa dân tộc, nguồn thu nhập hàng tháng và cùng không gian ngủ với người khác với CLGN của sinh viên. Kết quả này tương tự với nghiên cứu của Trần Ngọc Trúc Quỳnh và Nguyễn Công Cường [4, 5].

Mối liên quan giữa một số thói quen của sinh viên với chất lượng giấc ngủ: Nhóm sinh viên uống rượu bia nguy cơ có CLGN kém cao hơn 2,27 lần so với nhóm không uống rượu bia (95% CI: 1,25 – 4,12). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p = 0,006$. Nghiên cứu của Sanchez S.E. và cộng sự cho thấy những sinh viên uống từ 1 ly rượu bia trở lên trong tháng qua có tỉ lệ CLGN kém cao hơn những sinh viên uống dưới 1 ly rượu bia, với $p = 0,03$ [9]. Nghiên cứu tại Thái Lan của tác giả Lohsoonthorn V báo cáo có 35% sinh viên tham gia nghiên cứu có sử dụng rượu bia và kết quả chỉ ra những sinh viên sử dụng từ 20 đồ uống có cồn mỗi tháng có số chênh CLGN kém bằng 2,1 lần so với những sinh viên tiêu thụ ít hơn 1 đồ uống có cồn mỗi tháng sau khi điều chỉnh theo tuổi và giới tính (OR=2,1; 95% CI:1,14-3,85) [3]. Chưa tìm thấy mối liên quan giữa hút thuốc lá, tập thể dục với CLGN của sinh viên trong nghiên cứu. Kết quả này tương tự với nghiên cứu của Nguyễn Công Cường [4]. Nghiên cứu chỉ ra rằng những sinh viên sử dụng điện thoại di động trước khi đi ngủ có tỉ lệ CLGN kém cao hơn nhóm sinh viên không sử dụng, và nhóm sinh viên sử dụng điện thoại di động từ 1 giờ trở lên sẽ có tỉ lệ CLGN kém cao hơn nhóm sinh viên sử dụng dưới 1 giờ. Tuy nhiên những sự khác biệt này không có ý nghĩa thống kê ($p > 0,05$). Kết quả này khác với nghiên cứu của Nguyễn Công Cường khi tìm thấy mối liên quan giữa CLGN với việc bị thức giấc giữa đêm vì ĐTDĐ [4]. Khi sinh viên bị thức giấc giữa đêm vì điện thoại di động tăng lên theo các mức độ hiếm khi, thỉnh thoảng, thường xuyên thì CLGN kém bằng 1,6 lần; 2,39 lần và 2,29 lần (theo thứ tự tương ứng) so với sinh viên không bao giờ bị thức giấc giữa đêm vì ĐTDĐ với $p < 0,05$. Việc sử dụng ứng dụng trên điện thoại gây ảnh hưởng đến chất lượng giấc ngủ trong nghiên cứu cũng tìm ra mối liên quan giữa CLGN và sử dụng điện thoại trước khi ngủ với $p = 0,003$.

Mối liên quan giữa áp lực học tập và áp lực tâm lý xã hội của sinh viên với chất lượng giấc ngủ: Trong nghiên cứu, nhóm sinh viên có áp lực học tập nguy cơ có CLGN kém cao

hơn 4,34 lần so với nhóm không có áp lực học tập (95% CI: 1,40 – 13,42). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p = 0,006$. Kết quả này tương tự với nghiên cứu của Nguyễn Công Cường, trong phân tích đơn biến, nghiên cứu tìm thấy mối liên quan giữa áp lực học tập với CLGN, khi áp lực học tập tăng 1 điểm thì CLGN kém của sinh viên bằng 1,14 lần so với trước (95% CI: 1,07-1,21) với $p < 0,001$ [8]. Nghiên cứu của tác giả Waqas (2015) được thực hiện ở sinh viên y khoa Pakistan cho thấy những sinh viên không có áp lực học tập có điểm trung bình CLGN thấp hơn những sinh viên bị áp lực học tập với $p < 0,05$ [10]. Kết quả nghiên cứu của Trần Ngọc Trúc Quỳnh cũng cho thấy tỉ lệ sinh viên có áp lực học tập có CLGN kém cao hơn so với không bị áp lực học tập (66,4% so với 57%), tuy nhiên chưa tìm thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê ($p > 0,05$) [5]. Kết quả nghiên cứu của chúng tôi cho thấy, nhóm sinh viên có áp lực tâm lý xã hội nguy cơ có CLGN kém cao hơn 2,85 lần so với nhóm không có áp lực tâm lý xã hội (95% CI: 1,07 – 7,58). Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p = 0,029$. Kết quả này tương tự với nghiên cứu của Trần Ngọc Trúc Quỳnh, trong phân tích đơn biến, nghiên cứu tìm thấy mối liên quan giữa áp lực tâm lý xã hội với CLGN kém, tỉ lệ sinh viên có áp lực tâm lý xã hội có CLGN kém cao hơn 1,39 lần so với những sinh viên không có áp lực này [5]. Nghiên cứu của Nguyễn Công Cường cũng chỉ ra rằng khi áp lực xã hội tăng 1 điểm thì CLGN kém của sinh viên bằng 1,18 lần so với trước (95% CI: 1,08-1,23), sự khác biệt này có ý nghĩa về mặt thống kê với $p < 0,001$ [4]. Việc chuyển đổi từ niên thiếu sang trưởng thành đánh dấu sự khởi đầu của những thay đổi về mặt sinh học, nhận thức, sinh lý; thêm vào đó là sự gia tăng nhu cầu học tập và những áp lực tâm lý xã hội. Hơn thế, tâm lý căng thẳng được chứng minh gây nên chứng mất ngủ và có mối liên quan hai chiều với CLGN kém. Lí giải cho kết quả trên là những căng thẳng của sinh viên đối với lịch thi cử dày đặc, kết quả học tập, kì vọng của cha mẹ đè nặng lên tâm lý, tinh thần và thể chất có thể làm ảnh hưởng không tốt đến CLGN.

V. KẾT LUẬN

Các yếu tố liên quan đến chất lượng giấc ngủ của sinh viên gồm: giới, năm học, kết quả học tập, uống rượu bia, áp lực học tập, áp lực tâm lý xã hội. Sự khác biệt có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Institute of Medicine of the National Academies (2006). Sleep disorders and sleep

- deprivation: an unmet public health problem. Washington DC.
- Centers for Disease Control and Prevention** (2018) Sleep and Sleep Disorders, <https://www.cdc.gov/sleep/index.html>, truy cập 9/2/2022
 - Lohsoonthorn V., Khidir H., Casillas G., et al.** (2013). Sleep quality and sleep patterns in relation to consumption of energy drinks, caffeinated beverages, and other stimulants among Thai college students. *Sleep Breath*, 17 (3), 1017-1028.
 - Nguyễn Công Cường** (2020). Chất lượng giấc ngủ và một số yếu tố liên quan ở sinh viên trường Cao đẳng Y Dược Hồng Đức Thành phố Hồ Chí Minh năm 2020. Luận văn Thạc sĩ Y tế công cộng, Trường Đại học Thăng Long.
 - Trần Ngọc Trúc Quỳnh, Kim Xuân Loan, Mai Thị Thanh Thúy** (2016). Chất lượng giấc ngủ và các yếu tố liên quan ở sinh viên Y học Dự phòng - Đại học Y Dược thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Y học Tp.HCM*, tập 20, số 1, 261 - 267.
 - Tô Minh Ngọc** (2014). Thang đo chất lượng giấc ngủ Pittsburgh phiên bản Tiếng Việt. *Tạp chí Y Học TP. Hồ Chí Minh*, 18 (6).
 - Suen, L. K., Ellis Hon, K. L., & Tam, W. W.** (2008). Association between sleep behavior and sleep - related factors among university students in Hong Kong. *Chronobiology international*, 25(5), 760-775.
 - Mirghani, H. O., Mohammed, O. S., Almutadha, Y. M., & Ahmed, M. S.** (2015). Good sleep quality is associated with better academic performance among Sudanese medical students. *BMC research notes*, 8(1), 1-5.
 - Sanchez S.E., Martinez C., Oriol R.A., et al.** (2013). Sleep Quality, Sleep Patterns and Consumption of Energy Drinks and Other Caffeinated Beverages among Peruvian College Students. *Health (Irvine Calif)*, 5 (8B), 26-35
 - Waqas. A., Khan. S., Sharif. W., et al.** (2015). Association of academic stress with sleeping difficulties in medical students of a Pakistani medical school: a cross sectional survey. *PeerJ*, 3, e840.

CÁC YẾU TỐ LIÊN QUAN ĐẾN NGHIỆN INTERNET CỦA NGƯỜI BỆNH TỪ 10 ĐẾN 24 TUỔI ĐIỀU TRỊ NỘI TRÚ TẠI VIỆN SỨC KHỎE TÂM THẦN - BỆNH VIỆN BẠCH MAI

Lê Thị Thu Hà^{1,2}, Nguyễn Việt Hà²,
Nguyễn Văn Tuấn^{1,2}, Nguyễn Thành Long^{1,2}

TÓM TẮT

Đặt vấn đề: Nghiện Internet là một loại nghiện hành vi - một vấn đề sức khỏe tâm thần phổ biến hiện nay, đặc biệt ở độ tuổi thanh thiếu niên, với nhiều tác động tiêu cực đến thể chất, tinh thần, xã hội. Các yếu tố liên quan đến nghiện Internet chưa nhận được sự đồng thuận trong y văn. Do đó, chúng tôi thực hiện nghiên cứu: "Các yếu tố liên quan đến nghiện Internet của người bệnh nội trú từ 10 đến 24 tuổi tại Viện Sức khỏe Tâm thần- Bệnh viện Bạch Mai". **Mục tiêu:** "Các yếu tố liên quan đến nghiện Internet của người bệnh nội trú từ 10 đến 24 tuổi tại Viện Sức khỏe Tâm thần- Bệnh viện Bạch Mai". **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang có hồi cứu 109 người bệnh nội trú từ 10- 24 tuổi tại Viện Sức khỏe Tâm thần từ tháng 12/2020-12/2022. **Kết quả:** tỷ lệ sử dụng Internet ở quần thể nghiên cứu là 100%, trong đó tỷ lệ nghiện Internet theo tiêu chuẩn lâm sàng là 43,1%. Yếu tố nguy cơ tăng tỷ lệ nghiện Internet ở người trẻ tuổi là nam giới với mục đích sử dụng ưu tiên là trò chơi điện tử ($p=0,042$, $OR=3,73$), thời gian sử dụng $\geq 3h/ngày$ ($p<0,01$, $OR=16,43$), rối

loạn nghiêm trọng chức năng gia đình (theo thang APGAR) ($p<0,01$, $OR=4,97$), bố mẹ khuyến khích sử dụng Internet ($p<0,01$, $OR=31,48$), bố mẹ sử dụng Internet nhiều ($p<0,01$, $OR=6,15$) và các triệu chứng ám ảnh, triệu chứng cơ thể, nhạy cảm cá nhân trên ngưỡng bất thường theo thang Symptom check list-90. **Kết luận:** Nghiện Internet là phổ biến ở quần thể nghiên cứu, với nhiều yếu tố liên quan làm tăng tỷ lệ mắc. Vì vậy việc quản lý các yếu tố trên là cần thiết để góp phần giảm thiểu khả năng nghiện Internet, qua đó làm giảm hậu quả, tác hại của nó đến sức khỏe thể chất và tinh thần của người sử dụng. **Từ khóa:** Internet, nghiện Internet, yếu tố liên quan

SUMMARY

ASSOCIATED FACTORS OF INTERNET ADDICTION IN INPATIENTS AGED 10 TO 24 AT BACH MAI NATIONAL INSTITUTE OF MENTAL HEALTH

Background: Internet addiction is a behavioral addiction - a common mental health problem today, especially among adolescents, with many negative physical, mental, and social impacts. Factors related to Internet addiction have yet to receive a consensus in the literature. Therefore, we conducted the study: "Associated factors of Internet addiction in inpatients aged 10 to 24 years at the Institute of Mental Health". **Objective:** "Factors related to Internet addiction of inpatients aged 10 to 24 years at Bach Mai National Institute of Mental Health". **Subjects and Methods:** A retrospective cross-sectional descriptive study of 109

¹Đại học Y Hà Nội

²Bệnh viện Bạch Mai

Chịu trách nhiệm chính: Lê Thị Thu Hà

Email: lethuha@hmu.edu.vn

Ngày nhận bài: 10.4.2023

Ngày phản biện khoa học: 22.5.2023

Ngày duyệt bài: 15.6.2023