

DOI: 10.58490/ctjump.2026i103.4759

THỰC TRẠNG STRESS, LO ÂU, TRẦM CẢM VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN Ở NHÂN VIÊN Y TẾ TẠI TỈNH ĐỒNG THÁP NĂM 2026

Phạm Thị Ngọc Thu^{1*}, Phạm Phú Trường Giang², Trương Thành Nam³

1. Sở Y tế tỉnh Đồng Tháp

2. Sở Y tế thành phố Cần Thơ

3. Trường Đại học Y Dược Cần Thơ

*Email: bsthubvdt@gmail.com

Ngày nhận bài: 11/3/2026

Ngày phản biện: 10/8/2026

Ngày duyệt đăng: 25/9/2026

TÓM TẮT

Đặt vấn đề: Các vấn đề sức khỏe tâm thần như stress, lo âu và trầm cảm đang phổ biến ở nhân viên y tế trên toàn thế giới. Theo WHO, khoảng 1/3 bác sĩ và điều dưỡng tại các quốc gia châu Âu từng trải qua lo âu hoặc trầm cảm. Tại Việt Nam, tỷ lệ này cũng ở mức đáng lo ngại, với tỷ lệ stress, lo âu và trầm cảm lần lượt là 10,2%, 12,9% và 8,5% tại thành phố Cần Thơ. **Mục tiêu nghiên cứu:** Xác định tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm và các yếu tố liên quan ở nhân viên y tế tại tỉnh Đồng Tháp. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang ở 469 nhân viên y tế đang công tác tại Bệnh viện Đa khoa Đồng Tháp và Bệnh viện Đa khoa Sa Đéc vào tháng 01/2026, thông qua bộ câu hỏi tự điền với thang đo DASS-21, điểm của mỗi lĩnh vực stress, lo âu, trầm cảm được tính bằng tổng điểm của 7 câu hỏi tương ứng và nhân đôi. **Kết quả:** Tỷ lệ nhân viên y tế gặp phải rối loạn stress, lo âu, trầm cảm lần lượt là 13,0%, 25,4% và 18,8%. Các yếu tố nhóm tuổi, thâm niên công tác, áp lực từ bệnh nhân, sự hỗ trợ từ cấp trên có mối liên quan ý nghĩa thống kê với cả ba trạng thái stress, lo âu, trầm cảm. Cảm nhận về bảo hộ lao động có mối liên quan ý nghĩa thống kê với trạng thái lo âu và trầm cảm. Bên cạnh đó, nhân viên y tế nam có tỷ số chênh mắc trầm cảm cao hơn có ý nghĩa thống kê so với nữ giới (OR = 1,75; KTC 95%: 1,09-2,80; $p < 0,05$). **Kết luận:** Cơ sở y tế tuyến tỉnh với áp lực cao từ công việc, bệnh nhân và môi trường làm việc lao động đặc thù cho thấy có mối liên quan với các rối loạn stress, lo âu, trầm cảm ở nhân viên y tế. Sự quan tâm hỗ trợ từ cấp quản lý góp phần cải thiện vấn đề sức khỏe tâm thần ở nhân viên y tế.

Từ khóa: Sức khỏe tâm thần, DASS-21, nhân viên y tế, áp lực, hỗ trợ.

ABSTRACT

STRESS, ANXIETY, DEPRESSION AND RELATED FACTORS AMONG HEALTHCARE WORKERS IN DONG THAP PROVINCE, 2026

Phạm Thị Ngọc Thu^{1*}, Phạm Phú Trường Giang², Trương Thành Nam³

1. Dong Thap Province's Department of Health

2. Can Tho City Department of Health

3. Can Tho University of Medicine and Pharmacy

Background: Mental health issues such as stress, anxiety, and depression are prevalent among healthcare workers worldwide. According to the WHO, approximately one-third of doctors and nurses in European countries have experienced anxiety or depression. In Vietnam, the rates of stress, anxiety, and depression at 10.2%, 12.9%, and 8.5% in Can Tho City. **Objective:** To determine the prevalence of stress, anxiety, depression, and related factors among healthcare workers in Dong Thap province. **Materials and methods:** A cross-sectional descriptive study was conducted in January 2026 among 469 healthcare workers currently working at Dong Thap General Hospital and Sa Dec General Hospital, using a self-administered questionnaire with DASS-21, the score for

each area of stress, anxiety, and depression is calculated by summing the scores from the 7 corresponding questions and doubling the sum. **Results:** The prevalence of stress, anxiety, and depression among healthcare workers was 13.0%, 25.4%, and 18.8%, respectively. Age group, seniority, patient pressure, and support from superiors were statistically significantly associated with all three states of stress, anxiety, and depression. Perceptions of workplace safety were statistically significantly associated with anxiety and depression. Furthermore, male healthcare workers have a statistically significantly higher odds ratio of depression compared to female healthcare workers (OR = 1.75; 95% CI: 1.09-2.80; $p < 0.05$). **Conclusion:** Provincial medical facilities with high pressure from work, patients, and specific working environments show associations with stress, anxiety, and depression disorders among medical staff. Support and attention from management contribute to improved mental health among healthcare workers.

Keywords: Mental health, DASS-21, healthcare workers, pressure, support.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sức khỏe tâm thần (SKTT) được Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) định nghĩa là trạng thái hạnh phúc cho phép các cá nhân đối phó với áp lực cuộc sống và đóng góp cho cộng đồng, là một nền tảng cốt lõi của sức khỏe tổng thể [1]. Ngày nay, các trạng thái tâm lý tiêu cực đang ngày càng phổ biến trong cộng đồng, đặc biệt ở đội ngũ nhân viên y tế (NVYT), bao gồm stress (phản ứng quá mức, bồn chồn trước áp lực môi trường), lo âu (bất an, lo sợ vô cớ đi kèm kích thích thần kinh tự chủ) và trầm cảm (buồn rầu, bi quan, cảm thấy bản thân và cuộc sống mất giá trị) [2]. Trên thế giới, dữ liệu của WHO công bố cuối năm 2025, chỉ ra rằng, tại các quốc gia phát triển như châu Âu, có đến 1/3 bác sĩ, điều dưỡng từng trải qua trầm cảm hoặc lo âu [3]. Tại Việt Nam, một quốc gia đang phát triển, thực trạng này cũng đáng báo động, khi các khảo sát gần đây cho thấy tỷ lệ mắc stress, lo âu và trầm cảm ở NVYT dao động mạnh; cụ thể tại thành phố Hồ Chí Minh, tỷ lệ lo âu đạt 36,7%, trầm cảm là 26,7%, stress là 19,9% [4]. Còn tại thành phố Cần Thơ, cũng ghi nhận tỷ lệ NVYT gặp các vấn đề stress đạt 10,2%, lo âu ở mức 12,9% và trầm cảm là 8,5%. Các rối loạn này liên quan chặt chẽ đến áp lực từ thủ tục hành chính, tiếp xúc với hóa chất độc hại, vật sắc nhọn và xung đột với người bệnh, nhưng có thể giảm thiểu rõ rệt khi nhận được sự hỗ trợ từ cấp trên [4], [5], [6]. Nhận định SKTT là yếu tố then chốt ảnh hưởng đến năng lực chuyên môn, các nghiên cứu trước đây đã kiến nghị cần tổ chức tầm soát định kỳ, xây dựng các hoạt động tư vấn tâm lý và thiết lập chính sách đãi ngộ, cải thiện môi trường làm việc [6].

Tại Đồng Tháp, vấn đề sức khỏe tâm thần ở NVYT, cụ thể là stress, lo âu, trầm cảm vẫn chưa có các báo cáo, nghiên cứu, đặc biệt là cơ sở y tế tuyến cuối trong tỉnh. Do đó, việc triển khai một nghiên cứu tại Đồng Tháp là cần thiết, nghiên cứu này nhằm đánh giá thực trạng stress, lo âu, trầm cảm trên NVYT thực hiện ở hai Bệnh viện đa khoa tuyến tỉnh tại Đồng Tháp năm 2026. Qua đó, cung cấp bằng chứng phục vụ việc chủ động phát hiện sớm các vấn đề sức khỏe tâm thần ở NVYT và đề xuất các giải pháp can thiệp, ứng phó và dự phòng phù hợp, góp phần bảo vệ sức khỏe của chính lực lượng đang chăm sóc sức khỏe cho cộng đồng. Do vậy, chúng tôi tiến hành nghiên cứu đề tài với 2 mục tiêu sau: 1) Xác định tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm ở nhân viên y tế tại tỉnh Đồng Tháp năm 2026. 2) Phân tích một số yếu tố liên quan giữa stress, lo âu, trầm cảm ở nhân viên y tế tại tỉnh Đồng Tháp năm 2026.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu

Nhân viên y tế là bác sĩ, dược sĩ, y sĩ, điều dưỡng, kỹ thuật y, hộ sinh, nhân viên hành chính đang làm việc tại Bệnh viện Đa khoa Đồng Tháp, Bệnh viện Đa khoa Sa Đéc.

- **Tiêu chuẩn chọn mẫu:** Nhân viên y tế có thời gian làm việc tại bệnh viện ít nhất 01 năm tính đến thời điểm thu thập dữ liệu và đồng ý tham gia nghiên cứu.

- **Tiêu chuẩn loại trừ:** Nhân viên y tế đang trong thời gian nghỉ dài hạn (nghỉ thai sản, nghỉ bệnh kéo dài, đi học, nghỉ không lương...), muốn rút khỏi nghiên cứu trong quá trình trả lời phiếu khảo sát, hoặc đang điều trị các rối loạn tâm thần.

2.2. Phương pháp nghiên cứu

- **Thiết kế nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang.

- **Cỡ mẫu:** Sử dụng công thức ước lượng một tỷ lệ:

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

Trong đó, n: là cỡ mẫu tối thiểu, α : sai sót loại 1, chọn $\alpha=5\% \rightarrow$ hệ số tin cậy $1-\alpha=95\% \rightarrow Z_{1-\alpha/2}=1,96$, d: sai số mong muốn. Chúng tôi chọn $d=0,05$, p: là Tỷ lệ nhân viên y tế gặp phải các vấn đề căng thẳng, lo âu, trầm cảm. Theo nghiên cứu của Điện Ngọc Trang tại Bệnh viện Hùng Vương (2021), tỷ lệ stress gặp phải ở nhân viên y tế với tỷ lệ cao nhất, chiếm 42,2% [7], tương ứng với giá trị p được chọn là 0,422. Thực hiện tính toán, cỡ mẫu tối thiểu là 375. Chúng tôi dự trù tỷ lệ không phản hồi là 20%. Cỡ mẫu sau cùng là 469.

- **Phương pháp chọn mẫu:** Phương pháp chọn mẫu nhiều giai đoạn. Ở giai đoạn một, tại mỗi bệnh viện, số lượng NVYT tham gia nghiên cứu là tương ứng với tỷ lệ tổng số NVYT của từng bệnh viện. Ở giai đoạn hai, lập danh sách toàn bộ NVYT tại tất cả các khoa/phòng ở mỗi bệnh viện, phương pháp chọn mẫu ngẫu nhiên hệ thống với hệ số k bằng 4 được áp dụng để mời NVYT tham gia nghiên cứu. Chọn NVYT thứ nhất (x) của mỗi danh sách, $1 \leq (x) \leq 4$. NVYT thứ 2 có số thứ tự là $(x + k)$, NVYT thứ 3 là $(x + 2k)$...

- **Nội dung nghiên cứu:**

+ Đặc điểm nhân khẩu học của đối tượng nghiên cứu: giới tính, tuổi.

+ Đặc điểm liên quan đến công việc: chức danh nghề nghiệp, thâm niên công tác, cảm nhận về bảo hộ lao động, sự hỗ trợ từ cấp trên.

+ Biến số chính trong nghiên cứu là stress, lo âu, trầm cảm được đo lường bởi thang đo DASS-21 của Lovibond S.H và Lovibond P.F (1995) gồm 21 câu, với mỗi khía cạnh bao gồm 7 câu [8]. Mỗi câu hỏi có từ 0 đến 3 điểm, cụ thể, với 0 điểm: không đúng chút nào cả, 1 điểm: đúng phần nào hoặc thỉnh thoảng mới đúng, 2 điểm: đúng phần nhiều hoặc phần lớn thời gian là đúng, và 3 điểm: hoàn toàn đúng hoặc hầu hết thời gian là đúng. Trầm cảm là biến số nhị giá, gồm: Bình thường và Có (khi điểm trầm cảm tính từ thang đo DASS-21 các câu 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21 sau đó nhân với 2, từ ≥ 10 điểm), mức độ trầm cảm được phân loại gồm nhẹ (10 – 13 điểm); trung bình (14 – 20 điểm); nặng (21 - 27 điểm); rất nặng (≥ 28 điểm) trong thang đo. Lo âu: là biến số nhị giá, gồm: Bình thường và Có (khi điểm lo âu tính từ thang đo DASS-21 ở các câu 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20 sau đó nhân với, từ ≥ 08 điểm), mức độ lo âu được phân loại gồm nhẹ (8 – 9 điểm); trung bình (10 – 14 điểm); nặng (15 - 19 điểm); rất nặng (≥ 20 điểm). Stress: là biến số nhị giá, gồm: Bình thường và Có (khi điểm stress tính từ thang đo DASS-21 các câu 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, sau đó nhân với 2, từ ≥ 15 điểm), mức độ stress được phân loại gồm nhẹ (15 – 18 điểm); trung bình (19 – 25 điểm); nặng (26 -33 điểm); rất nặng (≥ 34 điểm) trong thang đo [8].

- **Phương pháp xử lý và phân tích số liệu:** Google Form được thiết kế để nhập liệu, phân tích số liệu bằng phần mềm Stata phiên bản 18.0. Các biến số định tính được mô tả bằng tần số và tỷ lệ. Các biến số định lượng được trình bày dưới dạng giá trị lớn nhất, giá trị nhỏ nhất, trung vị, trung bình, độ lệch chuẩn. Mối liên quan giữa stress, lo âu, trầm cảm

và các đặc điểm của người tham gia nghiên cứu được đánh giá bằng hồi quy logistic đơn biến. Kết quả được trình bày dưới dạng tỷ số chênh (OR), khoảng tin cậy 95% và giá trị p.

- **Đạo đức trong nghiên cứu:** Tất cả người tham gia nghiên cứu đều được giải thích cụ thể về mục đích nghiên cứu, sự tham gia là tình nguyện, đồng ý ký vào bản chấp thuận tham gia nghiên cứu, và hoàn toàn có quyền không trả lời các câu hỏi không mong muốn, hoặc rút khỏi nghiên cứu. Nghiên cứu đã được sự đồng ý của Hội đồng Đạo đức trong nghiên cứu Y sinh học Trường Đại học Y Dược Cần Thơ theo phiếu chấp thuận số 25.151.HV/PCT-HĐĐĐ ngày 30/06/2025 và số liệu tiến hành thu thập sau khi được chấp thuận của Sở Y tế Đồng Tháp, Bệnh viện Đa khoa Đồng Tháp, Bệnh viện Đa khoa Sa Đéc.

III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu

Hơn một nửa (65,5%) NVYT tham gia nghiên cứu đang công tác tại BVĐK Đồng Tháp (307 NVYT), và có 162 NVYT (34,5%) đang công tác tại BVĐK Sa Đéc.

Bảng 1. Đặc điểm chung của nhân viên y tế (n=469)

Đặc điểm		Tần số	Tỷ lệ (%)
Giới tính	Nam	163	34,8
	Nữ	306	65,2
Nhóm tuổi	≤ 30 tuổi	85	18,1
	31- 40 tuổi	216	46,1
	41-50 tuổi	115	24,5
	Trên 50 tuổi	53	11,3
Chức danh nghề nghiệp	Bác sĩ	112	23,9
	Dược sĩ	22	4,7
	Hộ sinh	23	4,9
	Điều dưỡng	234	49,9
	Kỹ thuật viên	38	8,1
	Khác	40	8,5

Nhận xét: Trong số 469 nhân viên y tế tham gia nghiên cứu, nữ chiếm đa số với 65,2% (306/469). Nhóm tuổi 31-40 chiếm tỷ lệ cao nhất (46,1%), tuổi trung bình là $38,61 \pm 8,32$ (24-63); trung vị là 37 (tứ phân vị: 32-43). Về chức danh nghề nghiệp, điều dưỡng chiếm gần một nửa mẫu nghiên cứu (49,9%), bác sĩ 23,9%; các nhóm còn lại gồm kỹ thuật viên 8,1%, khác 8,5%, hộ sinh 4,9% và dược sĩ 4,7%.

3.2. Tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm ở nhân viên y tế

Bảng 2. Tỷ lệ stress ở nhân viên y tế (n = 469)

Trạng thái	Stress		Lo âu		Trầm cảm	
	Tần số	%	Tần số	%	Tần số	%
Bình thường	408	87,0	350	74,6	381	81,2
Có	61	13,0	119	25,4	88	18,8
Nhẹ	32	6,8	31	6,6	40	8,5
Trung bình	22	4,7	55	11,7	39	8,3
Nặng	4	0,9	19	4,1	5	1,1
Rất nặng	3	0,6	14	3,0	4	0,9

Nhận xét: Trong 469 NVYT, tỷ lệ stress là 13,0% (61/469), lo âu là 25,4% (119/469) và trầm cảm là 18,8% (88/469). Mức độ stress chủ yếu là nhẹ (6,8%). Đối với lo âu, mức độ trung bình chiếm 11,7%. Đối với trầm cảm, nhẹ và trung bình lần lượt là 8,5% và 8,3%.

3.3. Một số yếu tố liên quan đến stress, lo âu, trầm cảm của nhân viên y tế**Bảng 3. Mối liên quan giữa stress, lo âu, trầm cảm và các đặc điểm của nhân viên y tế (n=469)**

Đặc điểm	Stress		Lo âu		Trầm cảm	
	OR (KTC 95%)	p	OR (KTC 95%)	p	OR (KTC 95%)	p
Giới tính						
Nữ	1		1		1	
Nam	1,35 (0,78-2,35)	0,275	0,98 (0,63-1,52)	0,936	1,75 (1,09-2,80)	0,020
Nhóm tuổi						
≤ 30 tuổi	1		1		1	
31-40 tuổi	0,29 (0,15-0,55)	<0,001	0,44 (0,26-0,75)	0,003	0,51 (0,29-0,91)	0,025
41-50 tuổi	0,19 (0,08-0,45)	<0,001	0,27 (0,14-0,52)	<0,001	0,38 (0,19-0,78)	0,008
> 50 tuổi	0,39 (0,15-0,98)	0,004	0,36 (0,16-0,79)	0,011	0,49 (0,21-1,15)	0,103
Thâm niên công tác						
< 5 năm	1		1		1	
5-10 năm	0,40 (0,18-0,89)	0,025	0,31 (0,16-0,59)	<0,001	0,42 (0,21-0,83)	0,012
>10 năm	0,39 (0,21-0,74)	0,004	0,35 (0,21-0,58)	<0,001	0,34 (0,19-0,59)	<0,001
Bảo hộ lao động ở NVYT có tiếp xúc tác nhân nguy hiểm (n=386)						
Chưa tốt	1		1		1	
Tương đối tốt	0,69 (0,25-1,97)	0,492	0,39 (0,17-0,90)	0,027	0,28 (0,12-0,65)	0,003
Tốt	0,45 (0,14-1,46)	0,185	0,17 (0,06-0,45)	<0,001	0,12 (0,04-0,33)	<0,001
Áp lực từ bệnh nhân						
Không tiếp xúc	1		1		1	
Không áp lực	-	-	0,51(0,13-2,09)	0,353	0,66 (0,12-3,64)	0,630
Thỉnh thoảng	1,18 (0,34-4,13)	0,795	1,07 (0,49-2,34)	0,866	1,56 (0,58-4,16)	0,379
Thường xuyên	6,39 (1,86-21,92)	0,003	2,94 (1,30-6,63)	0,009	3,66 (1,34-9,99)	0,012
Hỗ trợ từ cấp trên						
Không bao giờ	1		1		1	
Thỉnh thoảng	0,50 (0,18-1,35)	0,170	0,38 (0,16-0,91)	0,030	0,31 (0,13-0,74)	0,008
Thường xuyên	0,30 (0,11-0,85)	0,023	0,32 (0,13-0,76)	0,010	0,15 (0,06-0,38)	<0,001

Nhận xét: Nam NVYT có số chênh mắc trầm cảm cao hơn so với nữ NVYT. So với NVYT ≤ 30 tuổi, nhóm NVYT cao tuổi hơn, có số chênh stress, lo âu, trầm cảm thấp hơn. Tương tự, NVYT đã công tác từ 5-10 năm và trên 10 năm, có số chênh stress, lo âu, trầm cảm thấp hơn so với các NVYT có thời gian công tác dưới 5 năm. Đối với bảo hộ lao động (BHLĐ), NVYT cảm nhận ở mức độ tương đối tốt và tốt, có số chênh lo âu và trầm cảm thấp hơn so với NVYT có cảm nhận chưa tốt. Khi NVYT thường xuyên đối mặt với áp lực từ bệnh nhân, số chênh stress, lo âu, trầm cảm cao hơn so với NVYT không tiếp xúc với bệnh nhân. Bên cạnh đó, NVYT nhận được sự hỗ trợ từ cấp trên dù ở mức độ thỉnh thoảng hay thường xuyên, đều có số chênh mắc lo âu, trầm cảm thấp hơn so với NVYT báo cáo rằng bản thân không bao giờ nhận được sự quan tâm từ cấp trên. Trong khi đó, sự hỗ trợ thường xuyên của cấp trên là yếu tố liên quan, bảo vệ NVYT khỏi stress, so với NVYT không nhận được sự hỗ trợ này. Các mối liên quan này đều có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$. Ngoài ra, kết quả phân tích không tìm thấy mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa stress, lo âu, trầm cảm và chức danh nghề nghiệp của NVYT.

IV. BÀN LUẬN

4.1. Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu

Nhân viên y tế là nữ trong nghiên cứu của chúng tôi chiếm đa số với 65,2% (306/469), với phương pháp chọn mẫu có xác suất, tỷ lệ này là tương đồng và có thể đại diện cho dân số lấy mẫu. So sánh với nghiên cứu trước đó vào năm 2022 và 2023 tại các Bệnh viện tại Cần Thơ và Bệnh viện Đại học Y dược TP. Hồ Chí Minh cho thấy, nữ nhân viên y tế chiếm phần lớn mẫu nghiên cứu, với tỷ lệ lần lượt là 73,7% và 68,5% [5], [9].

Nhóm nghiên cứu ghi nhận, tỷ lệ NVYT có độ tuổi từ 31 đến 40 tuổi chiếm tỷ lệ cao nhất (46,1%), với tuổi trung bình là $38,61 \pm 8,32$ (24-63). Số liệu này, một lần nữa, tương tự với nghiên cứu tại Bệnh viện Đại học Y dược Thành phố Hồ Chí Minh với tuổi trung bình là $37,85 \pm 8,17$ và nhóm tuổi 31-40 chiếm tỷ lệ cao nhất (37,7%) [9].

Điều dưỡng là chức danh nghề nghiệp chiếm gần một nửa mẫu nghiên cứu của chúng tôi (49,9%), và cũng là nhóm chuyên môn chiếm tỷ lệ cao nhất trong cả hai nghiên cứu tại thành phố Hồ Chí Minh và thành phố Cần Thơ, lần lượt là 38,8% và 77,8% [5], [9].

4.2. Tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm ở nhân viên y tế

Tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm ở NVYT trong nghiên cứu này chiếm lần lượt 13,0%, 25,4% và 18,8%, cao hơn so với hai nghiên cứu tại thành phố lớn phía Nam là thành phố Hồ Chí Minh và Cần Thơ. Tại Bệnh viện Đại học Y dược thành phố Hồ Chí Minh sử dụng phương pháp thu mẫu toàn bộ, với dữ liệu được công bố năm 2025, tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm lần lượt là 8,9%, 13,5% và 5,8% [9]. Nghiên cứu ở các Bệnh viện tại thành phố Cần Thơ năm 2022 với phương pháp thu mẫu nhiều giai đoạn, ghi nhận NVYT gặp phải tình trạng stress chiếm 10,2%, lo âu chiếm 12,9% và trầm cảm là 8,5% [5]. Dù vậy, kết quả này vẫn thấp hơn so với một nghiên cứu khác ở NVYT đang công tác tại các cơ sở y tế trên địa bàn quận Tân Phú, thành phố Hồ Chí Minh, giai đoạn 8/2021-6/2022, với tỷ lệ stress là 19,8%, lo âu chiếm 36,7% và trầm cảm là 26,7% [4].

Điểm chung ở cả các nghiên cứu tại Đồng Tháp, Hồ Chí Minh và Cần Thơ, cùng sử dụng thang đo DASS-21 cho thấy, lo âu là tình trạng phổ biến hơn ở NVYT, so với rối loạn stress và trầm cảm. Kết quả nghiên cứu của chúng tôi nổi bật với tỷ lệ stress, lo âu, trầm cảm ở NVYT là cao hơn so với nghiên cứu tại hai thành phố lớn. Có nhiều yếu tố khác biệt giữa các nghiên cứu lý giải cho sự khác biệt này, có thể đề cập đến như trạng thái SKTT có thể thay đổi theo thời gian, cũng như các yếu tố ảnh hưởng đến trạng thái này như bối cảnh gia đình, công việc, sự hài lòng đối với các mối quan hệ, bối cảnh xã hội, kinh tế, và khía cạnh khác trong cuộc sống tác động lên NVYT. Tuy nhiên, với phương pháp chọn mẫu xác suất, nhiều giai đoạn, số liệu này có thể phản ánh thực tế tình trạng SKTT của NVYT ở hai Bệnh viện tuyến tỉnh tại Đồng Tháp đầu năm 2026, và đặt ra vấn đề về nhu cầu chăm sóc SKTT cho NVYT, ngay cả khi đại dịch COVID-19 đã đi qua.

4.3. Stress, lo âu, trầm cảm và mối liên quan với các đặc điểm ở nhân viên y tế

Điểm đáng chú ý trong nghiên cứu này là NVYT nam có tỷ lệ mắc trầm cảm cao hơn so với nữ giới. Nam giới thường được xem là có khả năng chịu áp lực tốt hơn so với nữ giới. Tuy nhiên, khi vượt ngưỡng khả năng ứng phó, mọi người đều phải đối mặt với các vấn đề sức khỏe nói chung và SKTT nói riêng. Kết quả này chỉ ra rằng, nam NVYT cũng cần được quan tâm hỗ trợ SKTT trong quá trình làm việc, bên cạnh các yếu tố môi trường đặc thù. Khi so sánh giữa các nhóm NVYT về thời gian công tác, số chênh lệch stress, lo âu, trầm cảm ở NVYT có thâm niên làm việc 5-10 năm hoặc trên 10 năm, là thấp hơn có ý

nghĩa thống kê so với NVYT có thời gian làm việc dưới 5 năm. Phát hiện này không được tìm thấy trong nghiên cứu tại thành phố Hồ Chí Minh [9]. Tương tự, các nhóm NVYT cao tuổi hơn, có số chênh stress, lo âu, trầm cảm thấp hơn so với nhóm NVYT ≤ 30 tuổi. Mối liên quan giữa yếu tố nhóm tuổi và trạng thái SKTT ở NVYT qua các nghiên cứu là không đồng nhất [4], [5], [6], [9]. Các kết quả từ nghiên cứu này, gợi ý NVYT vừa chuyển đổi môi trường, đặc biệt là nhóm NVYT trẻ ≤ 30 tuổi có thể đang đối mặt với một số thách thức trong việc thích nghi với môi trường mới, cũng như đảm bảo được chất lượng công việc yêu cầu. Mức độ BHLĐ càng tốt và hỗ trợ từ cấp trên với tần suất càng tăng là yếu tố bảo vệ, tránh khỏi tình trạng stress, lo âu, trầm cảm ở NVYT. Kết quả này tương tự nghiên cứu tại thành phố Hồ Chí Minh và Cần Thơ [9], [10]. Khi NVYT thường xuyên phải tiếp xúc, làm việc trong môi trường nguy hại, khả năng gặp phải các vấn đề SKTT sẽ cao hơn [10]. Do vậy, việc được trang bị BHLĐ cho nhóm NVYT này, giúp tăng cường cảm giác an toàn là rất quan trọng và bắt buộc. Bên cạnh đó, NVYT thường xuyên gặp phải áp lực từ bệnh nhân có số chênh mắc cả 3 dạng rối loạn cao hơn so với NVYT không tiếp xúc trực tiếp với bệnh nhân. Từ nghiên cứu này cho thấy, sự hỗ trợ của người quản lý trực tiếp gợi ý là yếu tố bảo vệ NVYT trước các rối loạn stress, lo âu, trầm cảm, kết quả này tương đồng với nghiên cứu tại thành phố Hồ Chí Minh [4].

V. KẾT LUẬN

Nghiên cứu trên 469 NVYT ở cơ sở điều trị tuyến tỉnh tại Đồng Tháp, tỷ lệ stress, lo âu và trầm cảm lần lượt là 13,0%, 25,4% và 18,8%. Thường xuyên gặp áp lực từ bệnh nhân, môi trường làm việc lao động đặc thù, độ tuổi và kinh nghiệm làm việc của NVYT, cho thấy có mối liên quan với các rối loạn stress, lo âu, trầm cảm. Sự quan tâm hỗ trợ từ cấp quản lý, và trang bị hỗ trợ lao động là những yếu tố góp phần cải thiện vấn đề SKTT ở NVYT.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. World Health Organization. Key terms and definitions in mental health. 2026. <https://www.who.int/southeastasia/health-topics/mental-health/key-terms-and-definitions-in-mental-health>.
2. Syazwina Muhammad Khir, Wan Mohd Azam Wan Mohd Yunus, Norashikin Mahmud, Rui Wang, Siti Aisyah Panatik, et al. Efficacy of Progressive Muscle Relaxation in Adults for Stress, Anxiety, and Depression: A Systematic Review. *Psychology Research and Behavior Management*. 2024. 17, 345-365, doi: 10.2147/PRBM.S437277.
3. L. Taylor. WHO: Third of European doctors and nurses have depression or anxiety. *BMJ*. 2025. 391, r2156, doi: 10.1136/bmj.r2156.
4. Bùi Thị Nhi, Lương Quốc Tuấn, Trần Văn Đô, Huỳnh Giao. Trầm cảm, lo âu, stress và các yếu tố liên quan của nhân viên y tế tại Thành Phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Y học Việt Nam*. 2023. 520 (1B), 194-199, doi: 10.51298/vmj.v520i1b.3868.
5. Nguyễn Thị Lam Ngọc, Nguyễn Phương Toại, Nguyễn Thành Tấn, Lại Văn Nông. Thực trạng sức khỏe tâm thần của nhân viên y tế tại các bệnh viện trên địa bàn Thành phố Cần Thơ. *Tạp chí Y Dược học Cần Thơ*. 2023. 51(69), 207-214, doi: 10.58490/ctump.2023i69.1971.
6. Nguyễn Thị Lam Ngọc, Nguyễn Phương Toại, Nguyễn Thành Tấn, Lại Văn Nông, Nguyễn Phương Thảo và cộng sự. Stress, lo âu, trầm cảm và một số yếu tố liên quan của nhân viên y tế tại các Bệnh viện trên địa bàn Thành Phố Cần Thơ năm 2022. *Tạp chí Y dược học Cần Thơ*. 2022. (51), 169-177, doi: 10.58490/ctump.2022i51.327.
7. Điền Ngọc Trang. Tỷ lệ trầm cảm, lo âu, stress ở nhân viên y tế và các yếu tố liên quan tại Bệnh viện Hùng Vương năm 2021. Đại học Y dược Thành phố Hồ Chí Minh. 2022. 97.

8. T. D. Tran, T. Tran, J. Fisher. Validation of the depression anxiety stress scales (DASS) 21 as a screening instrument for depression and anxiety in a rural community-based cohort of northern Vietnamese women. *BMC Psychiatry*. 2013. 13, 24, doi: 10.1186/1471-244X-13-24.
 9. Trần Thị Diệu, Âu Thị Cẩm Lệ, Nguyễn Trần Phương, Việt Tùng Lê, Võ Nguyên Trung. Đánh giá sức khỏe tinh thần của nhân viên y tế tại Bệnh viện Đại học Y dược Thành phố Hồ Chí Minh - Cơ sở 2. *Tạp chí Y học Việt Nam*. 2025. 546 (3), 187-192, doi: 10.51298/vmj.v546i3.12733.
 10. Nguyễn Thành Tấn, Nguyễn Thị Lam Ngọc. Thực trạng sức khỏe tâm thần của điều dưỡng tại các bệnh viện trên địa bàn Thành phố Cần Thơ. *Tạp Chí Y học Việt Nam*. 2023. 524 (1B), 193-198, doi: 10.51298/vmj.v524i1B.4758315.
-