

Kessler10量表评价城中村居民心理健康与生活方式之间的关系研究

黄智前 陈蕾 黄琴娣 黄吟 邓泉

[摘要] 目的 了解城中村16岁及以上居民心理健康状况与生活方式相关性。方法 采用分层整群随机抽样方法抽取660名居民,采用Kessler10量表和自制问卷进行回顾性调查。结果 67.12%城中村居民心理健康状况处于良好状态,18.18%居民心理健康状况处于一般状态,9.85%居民心理健康状况处于较差状态,4.85%居民心理健康状况处于差状态。居民心理健康状况与生活方式中的体育锻炼、饮酒情况、就餐情况有相关性($\chi^2=57.16, 19.80, 32.62, P$ 均 <0.05),与吸烟情况无相关性($\chi^2=13.42, P>0.05$)。结论 居住在城中村居民心理健康状态比城市一般社区居民及农村小区居民要差。加强城中村居民心理健康干预迫切,在干预中除改善居住环境外,有效引导促进居民保持良好生活方式是提高城中村社区居民的心理健康水平的关键。

[关键词] Kessler10量表; 心理健康; 生活方式

Relationship study of urban village people between mental health and lifestyle by Kessler10 scale

HUANG Zhiqian, CHEN lei, HUANG Qindi, et al. Department of General Practice, The 7th people's hospital of Longgang, Shenzhen 518114, China

[Abstract] **Objective** To realize the relationship of mental health and lifestyle of the urban village people about 16 years old or older. **Methods** A total of 660 cases of urban villages people were enrolled using stratified cluster random sampling method, and carried on the review investigation using Kessler10 index and self-designed questionnaire. **Results** 67.12% of the people living in urban village were in healthy mental condition, 18.18% were in normal mental condition, while 4.85% are in bad condition. Mental condition of urban village people was related to their living style which including amount of physical exercise, drinking behavior and diet behavior ($\chi^2=57.16, 19.80, 32.62, P<0.05$), but not including smoking behavior ($\chi^2=13.42, P>0.05$). **Conclusion** Compare with the people living in regular urban area or in village area in country side, people living in urban village obtain worse mental condition. Therefore, enhancement for mental health of urban village people are in urgent condition, aside from improving living condition, efficiently provide guidance in maintaining good living style is the critical factor to improve mental health for urban village people.

[Key words] Kessler10 scale; mental health; life style

城中村作为外来人口的主要居住场所,人口密集,环境较差,生活方式多元化,极有可能出现焦

虑、抑郁等心理问题^[1]。同行竞争、自身、就业、情感、经济和生活时间等压力源成为影响新一代群体的压力源^[2]。为了解该群体的心理状况是否与生活方式相关,本次研究应用 Kessler10^[3]通过抽样方法对城中村社区居民进行入户量表调查,探讨该群体心理状况与其生活方式之间的关系,为今后倡导城中村社区居民保持良好生活方式和社区心理保健服务提供依据。现报道如下。

DOI: 10.13558/j.cnki.issn1672-3686.2016.05.012

基金项目:2014年度科技计划医疗卫生项目(201406093001)

作者单位:518114 广东深圳,深圳市龙岗区第七人民医院全科医学科(黄智前、陈蕾、黄琴娣、邓泉);深圳市龙岗区第二人民医院药学部(黄吟)

1 资料与方法

1.1 一般资料 选择2014年8月至10月深圳市龙岗区第七人民医院课题组,在深圳市龙岗区采用多阶段分层整群随机抽样方法选取3个城中村抽取符合入选标准的居民660名进行入户问卷调查。入选标准:近3个月居住在本社区,年龄在16岁以上(含16岁)的具有小学以上文化程度的成人。入选结果:660名中男性332名,女性328名;年龄18~78岁,平均年龄(32.12±2.31)岁;已婚369名、未婚193名,其他98名;大学以上文化程度608名、高中330名、初中179名、小学12名。

1.2 方法 采用一般情况表和Kessler10量表。一般情况表采用自制问卷,内容包括调查对象的一般信息、健康状况和其他相关信息。对城中村居民心理健康与生活方式之间的关系进行研究分析。

1.3 检测指标 Kessler10含有十个项目,内容为在过去四周中经历的焦虑和压力水平等非特异性的心理健康状况相关症状的频率。每个问题有五个答案,相应的赋予分值:①所有时间(5分),②大部分时间(4分),③有些时候(3分),④偶尔(2分),⑤几乎没有(1分)。对被调查者的答案依上述进行评分,将所得分值求和。评分从10到50,分为四个等级:

10~15分(心理健康状况良好),16~21分(心理健康状况一般),22~29分(心理健康状况较差),30~50分(心理健康状况差)。

1.4 统计学方法 采用SPSS 16.0统计软件进行统计学分析。居民心理健康状况采用计量资料以均数±标准差($\bar{x}\pm s$)表示。心理健康状况与生活方式相关性比较采用 χ^2 检验,设 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 居民心理健康总体情况见表1

表1 居民Kessler10分值分布情况

Kessler10 分值	均值分布	所占比例 / 例(%)
良好(10~15分)	11.22±1.64	443(67.12)
一般(16~21分)	18.23±1.65	120(18.18)
较差(22~29分)	24.54±22.08	65(9.85)
差(30~50分)	33.31±3.67	32(4.85)
合计	14.86±6.30	660(100)

由表1可见,被调查的城中村居民心理健康状况显示,67.12%处于良好状态,18.18%处于一般状态,9.85%处于较差状态,4.85%处于差状态。

2.2 生活方式与Kessler10分值心理健康状况相关性见表2

表2 生活方式与心理健康状况相关性/例(%)

生活方式	n	效果评价			
		良好	一般	较差	差
体育锻炼	经常	61(70.11)	15(17.44)	8(9.19)	2(2.29)
	偶尔	34(58.62)	12(20.69)	8(13.79)	4(6.90)
	从不	348(67.44)	93(18.02)	49(9.50)	26(5.04)
主动吸烟	常吸烟	110(71.90)	22(14.38)	14(9.15)	7(4.58)
	不吸烟	301(65.15)	90(19.48)	48(10.39)	23(4.98)
	已戒烟	31(68.89)	8(17.78)	4(8.89)	2(4.44)
饮酒	偶尔	367(65.65)	105(18.78)	58(10.38)	29(5.19)
	3~4次/周	7(70.00)	2(20.00)	1(10.00)	0(0)
	>5次/周	69(75.82)	13(14.29)	7(7.69)	2(2.19)
饮食	规律	382(68.83)	99(17.84)	49(8.83)	25(4.50)
	基本规律	50(62.50)	15(18.75)	13(16.25)	2(2.50)
	不规律	13(52.00)	6(24.00)	4(16.00)	2(8.00)

由表2可见,居民心理健康状况与体育锻炼、饮酒情况、就餐情况有相关性,差异有统计学意义($\chi^2=57.16, 19.80, 32.62, P$ 均 <0.05),与吸烟情况无

统计学意义($\chi^2=13.42, P>0.05$)。

3 讨论

Kessler10量表最早在1992年由Michigan大学

的 Kessler 和 Mroczek 编制而成,是一个简短的能够发现人群心理状况危险因素的自我管理评分等级量表。Andrews 和 Slade 利用澳大利亚的 1997 年全国健康调查数据,计算出 Kessler10 的常模数据,数据发现:Kessler10 较一般的心理健康测量工具的效度要好,Kessler10 国内也有相关研究证明该量表在人群中具有良好的因素结构^[4],国内利用 Kessler10 进行城中村居民心理健康状况调查的研究报道相对较少。

城中村社区是深圳市民居住重要组成部分,做好城中村社区居民的心理健康工作关系到建立“健康社区”建设的成败。研究表明,生活中的多种因素相互影响着人们的心理健康,生活方式是影响心理健康的重要因素之一,长期生活在杂乱、拥挤、体育设施缺乏的城中村居民,其总体心理状况要比其他社区居民心理状况要差^[5],依据 Kessler 量表对心理健康状况的评价标准,本次研究结果显示:城中村居民除有 67.12% Kessler10 值处于良好状态外,余下有心理问题的高达 32.88%,比上海一般的社区居民心理问题发生率^[6](15.90%)高出近一半,明显高于丁燕等^[7]对农村居民调查的 21.60%和高于刘斌志^[8]对我国城市居民调查的 27.00%,说明深圳城中村心理健康问题较为突出。本次研究结果显示,居民心理健康状况与体育锻炼、饮酒情况、就餐情况有相关性(P 均 <0.05),说明健康规律的生活方式有利于身心健康,尤其是规律就餐和体育锻炼对心理健康状况有显著影响。研究表明适当的体育锻炼能够降低应激反应、调节情绪、增强心理健康及预防和治疗心理疾病^[9];饮酒不良嗜好会影响与心理状况呈正比,这可能与“大众借酒消愁观念”有关,或者与长期的酒精对神经系统的损害导致情绪低落有关。这些不良的生活方式应该引起政府相关部门的重视,除了着力改造城中村社区基础设施外,应该加强倡导居民的健康生活方式的力度。本次研究中吸烟跟心理状况无相关性($P>0.05$),这跟普遍认为吸烟有害健康的观念有所出入,是否吸烟者在吸烟时能够放松情绪,心理出现短暂性的平衡有关,其因值得思考和研究。深圳作为移民城市,外来

人口众多,长期生活在城中村居民生活节奏快,生活无规律,生活方式存在较大差异,作为卫生部门应加强倡导社区居民良好生活方式方面的健康教育力度,并进一步丰富体育锻炼设施,着力提倡居民保持良好的生活方式,共同促进身心健康。本次研究仅对深圳市城中村的居民群体进行调查,标本量不大,难免存在一些不足,主要是:一是该量表是否适合用于测量城中村居民的心理健康状况有待于进一步研究,二是影响城中村居民心理健康状况的因素错综复杂,无法与城市花园式社区作对比分析。

综上,居住在城中村居民心理健康状态比城市一般社区居民及农村小区居民要差。加强城中村居民心理健康干预迫切,在干预中除改善居住环境外,有效引导促进居民保持良好生活方式是提高城中村社区居民的心理健康水平的关键。

参考文献

- 1 仲继寿,赵旭,王莹,等.住区心理环境健康影响因素实证调查研究[J].建筑学报,2010,4(3):4-9.
- 2 陈凯燕,周珊黛,黄骏,等.浙江中医药大学医学生的心理健康状况调查[J].全科医学临床与教育,2013,11(4):410-414.
- 3 徐凌忠,王建新,孙辉,等 Kessler10 在我国的首次应用研究及其重要意义[J].卫生软科学,2005,19(6),410-412.
- 4 周成超,楚洁,王挺,等.简易心理状况评定量表 Kessler10 中文版的信度和效度评价[J].中国临床心理学杂志,2008,16(6):627-629.
- 5 仇剑崑,王祖承,谢斌.上海社区居民心理健康状况调查[J].上海精神医学,2006,18(2):65.
- 6 丁燕,徐凌忠,王兴洲,等.Kessler10 量表在农村居民心理健康状况中的评价研究[J].中国卫生事业管理,2009,26(9):633-641.
- 7 刘斌志.我国城市社区心理健康问题的现状、原因及对策[J].上海城市管理,2005,14(6):57-59.
- 8 邱芬,季浏.体育锻炼对大学生的时间管理倾向与情绪健康的调节作用[J].体育学刊,2011,18(2):86-90.

(收稿日期 2016-08-09)

(本文编辑 蔡华波)