

综合医院门诊焦虑抑郁状态和睡眠障碍的关系

赵 伟

(天津市泰达医院神经内科)

摘 要:

【目的】睡眠障碍是指睡眠量的异常及睡眠质的异常或在睡眠时发生的异常行为。焦虑抑郁状态除了有恶劣心境、兴趣缺乏外,多与睡眠障碍共病。多表现为入睡困难,夜间易醒,醒后不能再入睡,多梦等。中国睡眠研究会的一项调查结果显示,中国成人仅失眠的发生率就高达38.2%,睡眠质量差者多伴有焦虑或抑郁症状。大多数抑郁患者以睡眠障碍为主诉就诊于综合医院神经内科门诊,本研究的目的是探讨综合医院神经内科门诊睡眠障碍患者焦虑抑郁状态和睡眠障碍之间的关系。

【方法】研究对象为我院神经内科门诊以睡眠障碍为主诉的患者94例,其中男32例,女62例;年龄19-64岁,平均(41±9)岁;高中以上文化程度59例,高中或高中以下文化程度35例;已婚83例,未婚11例;曾经服安眠药30例。排除伴有严重的器质性疾病者,如糖尿病,脑梗死,肿瘤等。采用匹茨堡睡眠质量指数量表(Pittsburgh sleep Quality Index, PSQI)评定睡眠质量。采用90项症状自评量表SCL-90进行调查,用医院焦虑抑郁量表(HAD)作为筛查躯体疾病伴发焦虑抑郁的工具,HAD量表采用8分作为界限值,即患有焦虑抑郁状态。所有研究对象在治疗前均进行PSQI、SCL-90和HAD量表评定。对第1次就诊的患者要求填写PSQI、SCL-90和HAD量表及病人一般情况资料量表等。首先由医师解释具体内容,由患者独立填写,完成后收回问卷。使用SPSS11.0统计软件进行分析。将PSQI总分和因子与SCL-90总分及因子进行相关分析。统计方法采用Pearson相关分析。以 $\alpha < 0.05$ 为统计学显著性判断标准。

【结果】94例患者PSQI平均总分为 11.30 ± 6.75 ,89例(94.7%)PSQI总分在8分或者以上。64例(68.08%)患者存在焦虑抑郁状态。患者PSQI总均分与SCL-90躯体化、强迫、抑郁、焦虑和总均分有显著相关性($\alpha < 0.05$)。除精神病理理性外,CSL-90躯体化、强迫、抑郁、焦虑等其他因子和总均分与PSQI中睡眠紊乱明显相关。PSQI总均分以及睡眠紊乱因子、日间功能障碍与SCL-90总均分呈正相关($\alpha < 0.05$)。结果提示焦虑抑郁状态患者睡眠质量与躯体症状有较密切的关系,睡眠质量差的患者有较多的躯体化症状,而患者睡眠紊乱、日间功能紊乱与其出现强迫、焦虑、抑郁、人际关系等症状有密切关系。此外,睡眠时间不足6小时的人和睡眠时间在8小时以上的人比睡眠时间在6-8小时之间的人更多有抑郁,因此睡眠时间和抑郁症状呈现U型关系。随着主观睡眠感受满意度下降,抑郁症状增加,两者成相反的线性比例关系。

【结论】睡眠障碍是焦虑抑郁状态常见的症状,尤其是睡眠时间、主观睡眠感受、睡眠紊乱对发现焦虑抑郁有重要意义,综合医院非精神病专科医师应注意识别。