

自动性思维对抑郁症患者生活质量的影响观察

翟丽芬

河南省南阳市桐柏县人民医院 河南南阳

【摘要】目的 重点对临床治疗抑郁症患者过程中自动性思维对患者生活质量影响进行探讨。**方法** 选取我院 2020 年 2 月至 2022 年 3 月间所收治的 80 例抑郁症患者作为研究对象，针对所有入选患者使用美国编制的《精神障碍诊断与统计手册第 4 版》轴 I 障碍临床定式检查(SCID-I/P)对抑郁症患者进行诊断。同时通过汉密尔顿抑郁量表 (HAMD-17)、汉密尔顿焦虑量表 (HAMA)、自动性思维问卷 (ATQ) 对患者进行评估。**结果** 所有入选的 86 例患者经回归性分析发现，患者生活质量的生活领域、心理领域评分与 HAMD-17 之间存在负相关关系 ($P < 0.05$)；患者生活质量领域四项指标与 ATQ 呈现负相关关系 ($P < 0.05$)；且根据本次研究发现抑郁症患者的生活质量会受到反映复杂性认知的自我适应不良及寻求改变层面的巨大影响。**结论** 对于抑郁症患者来说自动性思维是影响其生活质量的一个重要因素，而且其中一部分自动性思维与抑郁严重程度相独立，由此可知在临床治疗抑郁症患者的过程中积极引导个体对于自我适应不良的自动性思维进行识别属于一个重点环节。

【关键词】 制动性思维；抑郁症；生活质量

【收稿日期】 2023 年 1 月 20 日 **【出刊日期】** 2023 年 3 月 7 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijmd.20230062

Effect of automatic thinking on quality of life in patients with depression

Lifen Zhai

People's Hospital of Tongbai County, Nanyang City, Henan Province

【Abstract】 Objective The focus of this study is on the impact of automatic thinking on the quality of life of patients with depression during clinical treatment. **Methods** 80 patients with depression admitted to our hospital from February 2020 to March 2022 were selected as the study subjects, and all the selected patients were diagnosed with the axis I disorder clinical routine test (SCID-I/P) of the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (4th Edition) compiled by the United States. At the same time, the patients were evaluated by Hamilton Depression Scale (HAMD-17), Hamilton Anxiety Scale (HAMA) and Automatic Thinking Questionnaire (ATQ). **Results** The regression analysis of all 86 patients showed that there was a negative correlation between the scores of the quality of life in the field of life, psychological field and HAMD-17 ($P < 0.05$); There was a negative correlation between the four indicators of patients' quality of life and ATQ ($P < 0.05$); According to this study, it was found that the quality of life of patients with depression would be greatly affected by self-adaptation, that is, seeking for change, which reflected the complex cognition. **Conclusion** For patients with depression, automatic thinking is an important factor that affects their quality of life, and some of them are independent of the severity of depression, so it can be seen that in the process of clinical treatment of patients with depression, it is a key link to actively guide individuals to identify the automatic thinking of self-adaptation.

【Keywords】 braking thinking; depression; Quality of life

抑郁症在临床上属于一种常见的精神障碍类疾病，根据相关数据统计发现我国抑郁症终身患病率能够达到 6.8%，抑郁症具有较高的致残率^[1]。随着

近几年来医学界关于精神疾病全病程治疗观点研究的不断深入，在抑郁症的治疗过程中积极改善患者生活质量及社会功能已经成为临床治疗的最终目标

及患者预后的重要评估指标^[2]。医学界针对抑郁症目前并未明确其发病机制，其涉及危险因素较多，其中广泛被认可的是认知理论重大心理因素假说^[3]。从认知理论角度来看，对于任何个体来说负面认知是导致抑郁情绪的主要原因。作为一种典型的负性认知，自动性思维主要指的是患者不被认知或自动的一种思维，会严重影响个体的情绪和行为。在临床实践中，部分抑郁症患者通过积极治疗后情绪可以得到明显改善，但是与发病前相比较生活质量仍然下降明显，这个很可能与患者的负性认知存在直接关联。本文针对入选的 80 例抑郁症患者通过自动性思维问卷对其自动性思维对生活质量的影响进行评估，希望能够为临床治疗抑郁症提供一定的理论支撑。

1 对象与方法

1.1 一般对象

选取我院 2020 年 2 月至 2022 年 3 月间所收治的 80 例抑郁症患者作为研究对象，本次入选患者均利用美国编制的《精神障碍诊断与统计手册第 4 版》轴 I 障碍临床定式检查(SCID-I/P)对抑郁症患者进行诊断。患者年龄处于 18~66 岁间，所有患者受教育年限均超过 9 年，可对量表内容进行独立、准确理解。本次研究中排除存在其他精神障碍疾病者，研究获得了我院医学伦理委员会批准。

1.2 方法

(1) 测评工具

本次测评中主要使用了由 Hollon 所编制的自动性思维问卷对患者进行评估，该量表中设置的所有

项目都属于负性体验，患者最终评分越高表示出现负性自动性思维的频率越高。其中负性认知主要包括了自我适应不良及寻求改变、消极自我观念、低自我评价和无助感等。此外针对患者的评估过程中使用了汉密尔顿抑郁量表 (HAMD-17) 以及汉密尔顿焦虑量表 (HAMA)。

(2) 研究方法

本次研究中主要采取的是横断面研究。在本院精神科选择两位经过专业化培训的医生进行一致性测评，在测评过程中主要是以观察和交谈方法为主，测评过程中使用了统一化指导用语，经入选者同意后对于所有入学对象进行了全面测评，且整个测评过程中入选患者均有知情权，也能对量表各项内容进行完全了解。本次测评在入住当天即完成问卷调查测试，问卷完成后及时进行量表检查。

1.3 统计学方法

采用 SPSS22.0 对数据进行分析，计量资料以 ($\bar{x} \pm s$) 表示，t 检验，计数资料 n (%) 表示， χ^2 检验， $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 ATQ 与患者生活质量各领域关系

将患者测评的 ATP 总分、HAMD-17 评分以及 HAMA 评分与患者生活质量 4 个领域如果两两相关，其中两者相关系数用 r 值代替。根据统计结果发现，ATQ 总分与患者生活质量各领域存在明显负相关关系 ($P < 0.05$)。生活质量各领域指标与抑郁和焦虑严重程度同样存在负相关关系，($P < 0.05$)。详见下表 1。

表 1 ATQ 与患者生活质量各领域关系 ($\bar{x} \pm s$)

项目	HAMD-17		HAMA		ATP	
	r	P	r	P	r	P
心理领域	-0.47	<0.001	-0.46	<0.001	-0.32	0.003
生理领域	-0.56	<0.001	-0.58	<0.001	-0.36	0.002
环境领域	-0.65	<0.001	-0.73	<0.001	-0.49	<0.001
社会关系	-0.58	<0.001	-0.54	<0.001	-0.32	0.005

2.2 ATQ 负性认知 4 个层面对生活质量影响程度分析

为深入探讨 ATQ 负性认知对抑郁症患者生活质量的影响状况，在本次研究中将 ATQ 负性认知中的 4 个层面以及受教育程度、家庭月收入、受教

育程度、年龄和性别等与生活质量各领域分别开展了回归性分析。根据回归性分析结果可发现，ATQ 对于生活质量不同领域在不同层面上产生的影响也存在较大差异。其中对抑郁症患者生活质量生理、心理和环境领域会产生影响的是 ATQ1。对于患者

社会关系及心理会产生影响的是 ATQ2, AQ4 主要影响的是患者的心理领域。根据调查结果显示, ATQ 负性认知的不同层面与抑郁症患者生活质量存在紧密关联。

3 讨论

在 Beck 地域认知理论中负性自动思维属于一项核心内容, 其经常也被认为是抑郁症患者最为常见的一种认知偏差^[4]。但是对于自动性思维的定义国内学术界仍然未达成一致。大多数学者认为自动性思维体现出了不自主性和自动性等一些特征, 而且作为抑郁症患者个体主观上对此并未形成认知, 自动式思维与患者的抑郁之间存在非常紧密关联, 而且目前医学界针对自主性思维出现时间以及是否迅速出现并未形成统一论, 而且对于自动性思维在生活质量中的影响是否属于独立因素还是与其他因素之间会产生交互作用也会形成相关理论^[5]。根据以往对于抑郁症患者生活质量的相关研究可以发现, 其大多数针对抑郁影响因素主要是集中在疾病严重程度、年龄、性别和家庭收入等一些客观因素方面, 很少关注抑郁症患者的自动性思维。

在本次研究中, 将患者测评的 ATP 总分、HAMD-17 评分以及 HAMA 评分与患者生活质量 4 个领域如果两两相关, 其中两者相关系数用 r 值代替。根据统计结果发现, ATQ 总分与患者生活质量各领域存在明显负相关关系 ($P < 0.05$)。生活质量各领域指标与抑郁和焦虑严重程度同样存在负相关关系, ($P < 0.05$)。为深入探讨 ATQ 负性认知对抑郁症患者生活质量的影响状况, 在本次研究中将 ATQ 负性认知中的 4 个层面以及受教育程度、家庭月收入、受教育程度、年龄和性别等与生活质量各领域分别开展了回归性分析。根据回归性分析结果可发现, ATQ 对于生活质量不同领域在不同层面上产生的影响也存在较大差异。其中对抑郁症患者生活质量生理、心理和环境领域会产生影响的是 ATQ1。对于患者社会关系及心理会产生影响的是 ATQ2, AQ4 主要影响的是患者的心理领域。根据调查结果显示, ATQ 负性认知的不同层面与抑郁症患者生活质量存在紧密关联。

通过各类分析可以知道, 从生理和心理等几个层面来说, 与严重程度在自动性思维与生活质量中能够在一定程度上发挥出中介作用^[6]。而对于社会

关系和环境因素层面来说, 患者的抑郁严重程度与自主性思维对生活质量的属于相互独立关系^[7]。这样就表示, 对于抑郁症患者来说自动性思维对其生活质量很可能会产生终身影响, 而不为当前部分研究中所指的在疾病急性期所产生的影响。

总而言之, 对于抑郁症患者来说自主性思维是影响其生活质量的一个主要因素, 而且与抑郁症患者的抑郁严重程度属于独立关系。在抑郁症临床治疗过程中应该积极引导患者对自我适应不良等自动性思维进行识别。及时对患者的认知偏差进行纠正, 在此基础上才能够让患者最终治疗结局得以积极改善。

参考文献

- [1] 张家林,原丹丹,裴瑞霞,白小林,孙迪,黄雪茹.静心更年期片治疗 2 型糖尿病合并抑郁症的临床效果及对患者生活质量的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(03):112-114+121.
- [2] 张凌芳,古玮娜,郭正军,刘聪,冀紫阳,原富强,郭浩然,王长虹.价值取向综合干预对老年抑郁症患者生活质量及主观幸福感的影响[J].新乡医学院学报,2022,39(07):631-636.
- [3] 冯志强,姚明洋,康佳慧.盐酸舍曲林联合结构化家庭治疗对老年抑郁症患者生活质量的影响[J].贵州医药,2021,45(10):1539-1540.
- [4] 崔丽,冯体良,罗静.阿戈美拉汀联合重复经颅磁刺激治疗老年难治性抑郁症患者的疗效及对患者生活质量影响研究[J].中国实用医药,2021,16(30):130-132.
- [5] 肖雪,胡大一,田静,余学.团体沙盘干预对稳定性冠心病合并轻度中度抑郁症患者生活质量和预后的影响[J].中国心血管杂志,2021,26(04):342-347.
- [6] 于现庆.氟西汀结合心理治疗对高血压合并抑郁症患者的疗效及对患者生活质量的影响[J].心理月刊,2021,16(19):24-25.
- [7] 邢艳娇.心理护理干预对抑郁症患者生活质量与睡眠质量的影响[J].心理月刊,2021,16(05):165-166.

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS