

# 新冠肺炎疫情下失眠人群心理特征及失眠的相关因素


张玲\*, 宋妍, 陆昶谋, 鄢利福, 何梅, 蒋春雷

(南宁市第五人民医院, 广西 南宁 530001)

\*通信作者: 张玲, E-mail: zhangling\_gxlz@163.com)

**【摘要】目的** 调查新冠肺炎疫情下失眠人群的心理特征及失眠的相关因素, 为改善失眠人群心理健康状况提供参考。**方法** 采用阿森斯失眠量表(AIS)于2020年1月-3月对某市居民进行测评, AIS评分>6分者为失眠组( $n=216$ ), AIS评分<4分者为非失眠组( $n=105$ ), 采用症状自评量表(SCL-90)对两组居民进行评定, 并收集其社会人口学资料。**结果** 失眠组SCL-90的躯体化、人际关系敏感、敌对、恐怖及精神病性因子评分均高于非失眠组( $Z=2.035\sim 2.323, P$ 均<0.05)。Spearman相关分析显示, 失眠组AIS总评分与SCL-90的强迫症状、人际关系敏感及偏执因子评分均呈正相关( $r=0.153, 0.140, 0.159, P$ 均<0.05)。**结论** 新冠肺炎疫情下, 失眠人群存在躯体化、人际关系敏感、敌对、恐怖及精神病性等心理问题, 其失眠的严重程度与强迫、人际关系敏感及偏执等相关。

**【关键词】** 新冠肺炎; 失眠; 心理特征; 相关因素

开放科学(资源服务)标识码(OSID):  微信扫码二维码  
听独家语音释文  
与作者在线交流

中图分类号: R256.23

文献标识码: A

doi: 10.11886/scjsws20200522003

## Investigation on the psychological characteristics and related factors of residents suffered insomnia during the COVID-19 epidemic

Zhang Ling\*, Song Yan, Lu Changmou, Yan Lifu, He Mei, Jiang Chunlei

(Nanning Fifth People's Hospital, Nanning 530001, China)

\*Corresponding author: Zhang Ling, E-mail: zhangling\_gxlz@163.com)

**【Abstract】 Objective** To investigate the psychological characteristics and related factors of residents suffered insomnia during the COVID-19 epidemic, so as to provide references for improving their mental health status. **Methods** From January to March 2020, residents of a certain city were evaluated using Athens Insomnia Scale (AIS), and divided into two groups according to the assessment results, namely, insomnia group ( $n=216$ , AIS score > 6) and non-insomnia group ( $n=105$ , AIS score < 4). The psychological status of all selected individuals was assessed by Symptom Checklist 90 (SCL-90), and social demographic data were also collected. **Results** The scores of somatization, interpersonal sensitivity, hostility, terror and psychoticism factors in SCL-90 were higher in insomnia group than those in non-insomnia group ( $Z=2.035\sim 2.323, P<0.05$ ). Within insomnia group, the total score of AIS was positively correlated with the scores of obsessive-compulsive behaviour, interpersonal sensitivity and paranoid ideation in SCL-90 ( $r=0.153, 0.140, 0.159, P<0.05$ ). **Conclusion** During the COVID-19 epidemic, insomnia residents suffer from psychological problems such as somatization, interpersonal sensitivity, hostility, terror and psychoticism, and the severity of insomnia is closely related to psychological problems such as obsessive-compulsive behaviour, interpersonal sensitivity and paranoid ideation.

**【Keywords】** COVID-19; Insomnia; Psychological characteristics; Related factors

新冠肺炎(COVID-19)的爆发是一次重大突发公共卫生事件, 疫情的传播使得居民生命安全受到威胁, 导致居民各种心理问题频发<sup>[1-2]</sup>。研究表明, 疫情期间尤其是在疫情较严重的地区, 居民产生了恐慌、焦虑、无助等情绪反应, 普通居民焦虑发生率为19.2%, 抑郁发生率为21.7%<sup>[3]</sup>。24.3%的居民在

疫情发展过程中出现睡眠问题, 55.5%的居民认为人与人之间的戒备心增强, 9.7%的居民认为人与人之间缺乏信任<sup>[4-5]</sup>。同时, 过度的媒体暴露可能进一步加重疫情对居民心理健康的负面影响<sup>[6]</sup>。目前, 新冠肺炎疫情下普通居民失眠及心理健康问题检出率高<sup>[7-10]</sup>。失眠可引发躯体及心理问题<sup>[11]</sup>, 同时, 心理健康状况在失眠的发生发展过程中起到重要作用<sup>[12]</sup>。因此, 新冠肺炎疫情下失眠人群较正常居

基金项目: 广西壮族自治区临床重点专科建设项目(项目编号: 桂卫医发[2018]6号)

民可能更易出现心理问题。目前,针对失眠人群的心理特征及失眠相关因素的报道较少,本研究通过比较某市居民中失眠人群和非失眠人群的心理特征,并分析失眠人群心理特征与失眠的相关性,以改善失眠者的睡眠状况、提高其心理健康水平。

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

于2020年1月-3月选取某市居民中的失眠人群为研究对象。入组标准:①阿森斯失眠量表(Athens Insomnia Scale, AIS)<sup>[13]</sup>评分>6分;②无智能障碍,能理解调查问卷内容。排除标准:①患有精神类疾病,如精神分裂症、抑郁症、焦虑症、双相情感障碍、酒精及精神活性物质依赖者,有精神科药物治疗史;②目前患有严重的躯体疾病。符合入组标准且不符合排除标准共216人,为失眠组。同期纳入非失眠人群为对照组。入组标准:①AIS评分<4分;②无智能障碍,能理解调查问卷内容。排除标准:①患有精神类疾病,如精神分裂症、抑郁症、焦虑症、双相情感障碍、酒精及精神活性物质依赖者,有精神科药物治疗史;②目前患有严重的躯体疾病。符合入组标准且不符合排除标准共105人。所有调查对象均自愿参加本研究并签署知情同意书。

### 1.2 调查工具

采用自制调查表收集入组人员的年龄、性别、职业、受教育程度等资料。

采用症状自评量表(Symptom Checklist-90, SCL-90)<sup>[14]</sup>评定入组人员的心理特征,SCL-90共90个条目,反映躯体化、强迫症状、人际关系敏感、抑郁、焦虑、敌对、恐怖、偏执、精神病性和其他共10个方面的心理症状。采用1~5分5级评分法,1分=从无,2分=轻度,3分=中度,4分=相当重,5分=严重,总评分范围90~450分,评分越高表明心理健康状况越差。本研究中,SCL-90总量表及各分量表Cronbach's  $\alpha$ 系数均大于0.91。

### 1.3 调查方法

通过网络问卷的形式进行调查,调查前采用统一指导语说明本次调查的目的和意义,并对问卷作答内容保密。获得知情同意后,要求入组居民根据自身实际情况如实填写问卷,填写完成后提交。同一IP地址只能作答一次,并将SCL-90答题总时长不足150s的答卷视为无效问卷。

### 1.4 统计方法

采用SPSS 21.0进行统计分析。计数资料以构成比(%)表示,非正态分布的资料以 $M(Q_1 \sim Q_3)$ 表示。组间差异比较采用Mann-Whitney  $U$ 检验,采用Spearman相关分析探讨失眠居民AIS评分与SCL-90评分的相关性。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 一般资料

216名失眠者中,男性37人(17.1%),女性179人(82.9%);年龄:<18岁25人(11.6%),18~25岁100人(46.3%),26~30岁47人(21.8%),31~40岁31人(14.4%),41~50岁10人(4.6%),>51岁3人(1.3%);受教育程度:小学3人(1.4%),中学或中专60人(27.8%),大专或本科143人(66.2%),本科以上10人(4.6%)。

105名非失眠者中,男性28人(26.7%),女性77人(73.3%);年龄:<18岁4人(3.8%),18~25岁33人(31.4%),26~30岁29人(27.6%),31~40岁33人(31.4%),41~50岁5人(4.8%),>60岁1人(1.0%);受教育程度:中专或中学10人(9.5%),大专或本科87人(82.9%),本科以上8人(7.6%)。

### 2.2 两组SCL-90评分比较

失眠组SCL-90中躯体化、人际关系敏感、敌对、恐怖、精神病性及其他因子评分均高于非失眠组,差异均有统计学意义( $P$ 均<0.05)。见表1。

### 2.3 失眠组AIS评分与SCL-90评分相关性

Spearman相关分析显示,失眠组AIS评分与SCL-90的强迫症状、人际关系敏感及偏执因子评分均呈正相关( $r=0.153, 0.140, 0.159, P$ 均<0.05)。

## 3 讨论

本研究采用SCL-90对新冠肺炎疫情期间某市居民中的失眠人群和非失眠人群进行调查,结果表明,失眠组SCL-90的躯体化因子评分高于非失眠组。有研究显示,因疫情扩散,居民有可能出现一系列躯体化症状,如头晕、身体乏力、呼吸不畅、肌肉紧张及自我感觉发热等<sup>[15]</sup>。失眠人群的躯体化症状较正常人群严重,他们通常过分关注躯体不适<sup>[16]</sup>,躯体化症状又加重其负性情绪,使其更关注身体的各种不适,导致睡眠障碍,形成恶性循环<sup>[17]</sup>。此外,失眠组SCL-90的人际关系敏感、敌对、恐怖

表 1 失眠组与非失眠组 SCL-90 评分 [ $M(Q_1\sim Q_3)$ ]

组 别	SCL-90 评分				
	躯体化	强迫症状	人际关系敏感	抑郁	焦虑
失眠组( $n=216$ )	1.33(1.08~2.16)	2.05(1.20~3.00)	1.89(1.11~3.08)	2.00(1.08~3.31)	1.70(1.10~2.80)
非失眠组( $n=105$ )	1.17(1.00~1.75)	1.50(1.10~2.50)	1.44(1.11~2.50)	1.54(1.08~2.62)	1.20(1.10~2.40)
Z	2.161	1.919	2.087	1.638	1.920
P	0.031	0.055	0.037	0.101	0.055

组 别	SCL-90 评分				
	敌对	恐怖	偏执	精神病性	其他
失眠组( $n=216$ )	1.50(1.17~2.67)	1.42(1.00~2.29)	1.58(1.00~2.50)	1.60(1.03~2.58)	1.86(1.29~2.86)
非失眠组( $n=105$ )	1.33(1.00~2.17)	1.29(1.00~1.71)	1.33(1.00~2.17)	1.30(1.00~1.85)	1.43(1.14~2.57)
Z	2.226	2.035	1.741	2.323	2.292
P	0.026	0.042	0.082	0.020	0.022

注: SCL-90, 症状自评量表

及精神病性因子评分均高于非失眠组, 可能是因为新冠肺炎疫情爆发后, 人们正常交往的场景被打破, 加之确诊病例、死亡人数、疑似病例的不断增加, 使居民社交安全感下降, 进而出现对人际关系敏感、不愿与人交往, 并通过与他人保持距离, 让自己免于被传染。即使与人交往, 也因疫情的影响出现戒备心强、敌对、敏感等情况。

本研究显示, 新冠肺炎疫情下失眠人群 AIS 评分与 SCL-90 的强迫症状、人际关系敏感及偏执因子评分呈正相关。由于疫情防控的需要, 居民外出减少, 正常的生活作息被打乱, 面对疫情的不确定性, 容易出现强迫性的思维及行为, 如反复查看疫情的进展、检索相关消息, 不断涌入的疫情相关信息使居民过度警觉, 形成睡前侵入性思维, 影响睡眠质量。居民居家隔离、与外界接触减少, 往往感到自己的人际交往受到限制, 人际关系受到影响<sup>[15]</sup>。因担心互相传染, 人与人之间缺乏信赖、戒备心增强<sup>[4]</sup>, 容易出现敏感多疑、过度防范他人等情况, 可能因他人的疏远而出现猜忌、抱怨, 进而影响睡眠。

本研究的局限性: 为横断面调查, 且仅在某一市范围内进行调查; 研究方式为网络问卷调查, 部分不会使用智能手机的人群因无法完成问卷调查而未被纳入本研究; 疫情期间样本获取方式有限, 采用方便抽样代替随机抽样, 取样代表性上还有待提高, 结果解释和推广也需谨慎。

参考文献

[1] Chen NS, Zhou M, Dong X, et al. Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study [J]. Lancet, 2020, 395 (10223): 507-513.

[2] 焦松明, 时勤, 周海明, 等. 面对新型冠状病毒肺炎风险信息的民众心理状态及情绪引导策略 [J]. 医学与社会, 2020, 33

(5): 98-104.

[3] 李焱芳, 王薛瑶, 张晶, 等. 普通民众在新冠肺炎期间的心理调查 [J]. 国际感染病学 (电子版), 2020, 9(2): 308-310.

[4] 方鹏, 史康, 朱霞, 等. 新型冠状病毒肺炎疫情期间民众心态特点分析 [J]. 传染病信息, 2020, 33(1): 30-35.

[5] 李伟, 张彩迪, 罗金晶, 等. 新型冠状病毒肺炎疫情期间不同人群心理状态的 Meta 分析 [J]. 同济大学学报 (医学版), 2020, 41(2): 147-154.

[6] 王一, 高俊岭, 陈浩, 等. 2019 冠状病毒病 (COVID-19) 疫情期间公众媒体暴露及其与心理健康的关系 [J]. 复旦学报 (医学版), 2020, 47(2): 173-178.

[7] 甄瑞, 周宵. 新型冠状病毒肺炎疫情期间普通民众焦虑的影响因素研究 [J]. 应用心理学, 2020, 26(2): 99-107.

[8] 冯正直, 柳雪荣, 陈志毅. 新冠肺炎疫情期间公众心理问题特点分析 [J]. 西南大学学报 (社会科学版), 2020, 46(4): 109-115.

[9] 董平, 倪照军, 赵康卿, 等. 新型冠状病毒肺炎疫情期间民众抑郁状况调查 [J/OL]. 中国心理卫生杂志, <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.1873.R.20200706.1700.028.html>, 2020-07-24.

[10] 杜倩, 张小丽, 李佳钰, 等. 新型冠状病毒肺炎疫情期间普通民众应激状态的特点分析 [J]. 保健医学研究与实践, 2020, 17(3): 34-40.

[11] Burman D. Sleep disorders: insomnia [J]. FP essentials, 2017, 460: 22-28.

[12] 宋妍, 张玲, 罗隽. 非器质性失眠症患者的心理特征及影响因素分析 [J]. 内科, 2020, 15(2): 207-209.

[13] 张作记. 行为医学量表手册 [M]. 北京: 中华医学电子音像出版社, 2005: 297.

[14] 汪向东, 王希林, 马弘, 等. 心理卫生评定量表手册 (增订版) [M]. 北京: 中国心理卫生杂志社, 1999: 31-35.

[15] 王玲, 刘雅丽, 李晓娟, 等. 新型冠状病毒肺炎大众防护与心理疏导 [M]. 长沙: 中南大学出版社, 2020: 55-56.

[16] 孟凡萍, 金国华, 刘剑锋, 等. 慢性失眠与抑郁、躯体化症状的相关性研究 [J]. 中医药导报, 2019, 25(1): 57-59.

[17] 孙阳, 杨志杰, 古雅兰, 等. 失眠症患者睡眠质量、心理健康状况及其多导睡眠图的研究 [J]. 中华行为医学与脑科学杂志, 2006, 15(6): 498-500.

(收稿日期: 2020-05-22)

(本文编辑: 吴俊林)