

老年抑郁的影响因素分析及其干预模式的研究进展

刘志宏^{1*}, 黄利¹, 彭静¹, 涂璘¹, 李金秀^{1#}, 李萍^{2#}

¹吉首大学医学院, 湖南 吉首

²湘西州民族中医院, 湖南 吉首

收稿日期: 2022年7月24日; 录用日期: 2022年8月18日; 发布日期: 2022年8月29日

摘要

抑郁症在老年人中普遍存在, 且受到多方面因素的影响, 自杀率较高。本文就抑郁症的概念、评估工具、影响因素和干预策略等方面综述国内外老年抑郁的研究进展, 为我国治疗老年抑郁症的开展提供一定的帮助。

关键词

老年人, 抑郁, 影响因素, 干预模式

Analysis of Influencing Factors of Senile Depression and Research Progress of Intervention Model

Zhihong Liu^{1*}, Li Huang¹, Jing Peng¹, Jin Tu¹, Jinxiu Li^{1#}, Ping Li^{2#}

¹Jishou University School of Medicine, Jishou Hunan

²Xiangxi Ethnic Chinese Medicine Hospital, Jishou Hunan

Received: Jul. 24th, 2022; accepted: Aug. 18th, 2022; published: Aug. 29th, 2022

Abstract

Depression is common in the elderly, and it is affected by many factors, and the suicide rate is high. This paper reviews the research progress of senile depression at home and abroad on the concept,

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 刘志宏, 黄利, 彭静, 涂璘, 李金秀, 李萍. 老年抑郁的影响因素分析及其干预模式的研究进展[J]. 护理学, 2022, 11(4): 598-603. DOI: 10.12677/ns.2022.114095

evaluation tools, influencing factors and intervention strategies of depression, so as to provide some help for the treatment of senile depression in our country.

Keywords

Elderly, Depression, Influencing Factors, Intervention Model

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

随着人口老龄化的发展,老年抑郁的人数也将会迅速增多,世界卫生组织将其列为全球疾病负担的第三大原因,并预测到2030年,抑郁症将列居首位[1]。老年认知与抑郁症是造成病死率的危险因素之一,会严重影响人们生活水平的质量。随着老龄化带来的一系列问题,小到家庭,大到社会,都不容小觑。研究老年抑郁症等相关的精神障碍问题会给我们的社会起到一个预警的作用。因此本文对老年人抑郁的影响因素及其干预模式进行文献综述。

2. 抑郁症的概念

抑郁症是压力和情绪失调的一种综合征[2],并受到多种因素的影响。其表现在认知障碍和有自杀倾向[3],情绪低落或感到悲伤,对日常活动失去兴趣或乐趣[4][5][6]。重度抑郁患者有认知障碍、自尊心低、决策困难、感觉无助和绝望[7]。老年抑郁是指见于老年期(我国常指60岁以上老年人)的特定人群的抑郁[8],指老年人的一种精神障碍,包括老年期短暂性抑郁状态、抑郁症慢性期持续至老年期或抑郁症老年期复发、卒中后抑郁、老年期首发的抑郁症,后者也有人称之为晚发性抑郁(Late-Onset Depression, LOD)等[9]。老年抑郁主要表现为躯体疾病与躯体不适感,包括睡眠障碍、早醒、食欲差以及思维活动迟缓,注意力不足,记忆丧失或偏差[10]。而我国对老年抑郁这一疾病没有充分地重视并对其进行治疗,从而影响了晚年生活质量,幸福感得不到提升。

3. 老年抑郁的评估工具

为了诊断抑郁症患者的病情程度,采用相关的评估工具,研究表明,老年抑郁量表(GDS)和流调用抑郁自评量表(CES-D)均为出色的老年抑郁评估工具,可以用其对老年人进行抑郁症状的筛选[11]。根据评估结果、患者的表现以及相关的医疗诊断给予个性化的治疗方案,对疾病的治疗是至关重要的。Erint [12]等人用 PHQ-9 和 GAD 量表对有焦虑和抑郁的美国老年患者进行了评估,通过得分情况了解了目标对象的状况,给予抗精神药物的治疗;Bilkis [13]等人采用老年抑郁量表研究了在孟加拉国 Rangpur Rangpur 医学院和 Rangpur & Prime 医学院,得知生活方式与老年抑郁有很大的关系;Safarova [14]等人用评定量表 HAMD-17 和 MMSE 旨在探讨老人抑郁症与免疫学的特征等。我们要用与其相关的评估工具来评判老年人抑郁症的等级并进行及时有效的治疗,但是评估工具需要一定的信效度检验,根据研究目的选择适合的评估工具对研究结果具有非常重要的影响。

4. 影响老年抑郁的因素

导致老年人抑郁的因素很多[15],包括人口统计学的一般因素性别、年龄、文化水平、听力、生活质

量, 疾病程度等多方面因素影响, 以及环境因素和心理因素也会导致老年人抑郁的发生。

4.1. 一般因素

4.1.1. 性别和年龄

女性比男性发生抑郁的概率大, 可能是因为女性比男性在心理、抗压能力等方面较弱。李峥[16]等人的研究结果显示女性(7.43 ± 6.14)比男性(5.99 ± 4.70)发生抑郁的人数较多, 且年龄越大, 抑郁的人数也会越多。

4.1.2. 文化水平

教育水平高者, 思想和心理方面都比较开朗, 较文化水平低下者的患病率低。研究证明[17]文化程度越高, 抑郁发生率就越高, 与文化水平低下的人心理形成落差。还有家庭关系不和谐, 社会负担等也会影响抑郁的发生; 而乔钦增[18]等人研究显示年龄和文化程度对空巢老人抑郁没有明显影响。所以文化程度对老年人抑郁有无影响, 需要根据各地区老年人文化水平进行大量分析, 不能以偏概全, 还有待研究。

4.1.3. 听力

随着年龄的逐渐增加, 身体机能也会逐渐衰退, 很多 60 岁以上的老年人更容易出现听力障碍, 研究表明[19]听力也是导致老年抑郁的一个重要因素之一。听力减退或消失对听觉中枢的刺激减少会衰退, 使得大脑额叶部分萎缩, 引起老年人群的认知功能障碍, 导致大脑神经病理学的退化, 引起听力的改变[20], 增加抑郁的风险。听力丧失是抑郁的危险因素, 并且听力障碍是与老年人抑郁最相关的慢性病[21]。降低听力损失对老年人身心的影响; 通过日常听说的互动, 增强老年人与外界的交流, 刺激大脑功能, 以减少老年人抑郁症状的发生, 能够有效降低抑郁风险[22]。对于已经发生抑郁的听力损失老年人首先应转入到相关医疗机构进行必要的抑郁诊断评估, 并根据评估结果进行相应的药物治疗和心理干预治疗[23]。

4.1.4. 生活质量

对于退休者和靠社会保障者来养老的老年人讲, 有自己的收入来源, 晚年会比没有收入靠子女养老者过得丰富, 得抑郁症的概率就低。不同经济收入的老年人心理健康状况不同, 经济困难是老年人抑郁的风险因素[24], 会担心自己疾病因为没有收入而得不到及时的救治, 或是担心给子女带来经济压力而隐瞒病情, 耽误疾病的救治最终导致抑郁。绝对收入包含个人储蓄、家庭经济支持和养老金, 相对收入由自评生活水平测量。结果发现, 中国老年人抑郁情况总体不容乐观, 相对收入较绝对收入对老年人抑郁有显著影响[25]。

4.1.5. 疾病情况

Nakamura [26]等人研究显示抑郁症状和慢性病存在相关关系。高血压、冠心病、糖尿病[27]是抑郁症的高发疾病[28], 据估计 3%的老年人将同时患有抑郁症和慢性疼痛这两种疾病[29], 老年晚期慢性肾病患者在 COVID-19 大流行期间出现疾病相关焦虑, 抑郁症状增加[30], 疾病会影响老年抑郁。老年人常常伴有各种疾病, 当身体疾病严重影响老年人的正常生活和身体健康时, 会导致抑郁。

4.2. 环境因素

Nery [31]等人的结果显示老年患者在学业、居住地、生活习惯等方面较为脆弱, 有 37.3%的患者表现出抑郁症状; Obuobi-Donkor [32]等人证明了独居会引发抑郁症状并增加老年人的自杀风险。Kang [33]等人研究表明家庭用餐时间与韩国老年人的抑郁症状密切相关, 这表明维持家庭内部的联系对老年人的心理健康很重要。总之, 环境对老年人的身心健康有很大的影响, 抑郁则是一大问题, 需要我们去关注并且给予干预措施。

4.3. 心理因素

社会地位的改变,会使老年人心理产生落差,产生“无用感”等心理,长期会形成抑郁[34];应激事件会影响老年人的情绪,对负性生活事件比较敏感,比如突然地疾病的发生或是过多卷入子女的婚姻中等事件均会造成老年人心理因素落差,产生抑郁。个人性格也会影响抑郁焦虑的产生,如女性多数不能良好控制内在情绪较男性更容易产生抑郁、焦虑状态。性格较敏感、孤僻、固执、被动的老年人更易患老年抑郁[35] [36]。

5. 老年抑郁的干预策略

5.1. 药物治疗

现在临床上通过抗精神药物来治疗抑郁症患者,且疗效很大。比如艾司唑仑、奥沙西洋可减轻抑郁患者症状,稳定情绪[37];抗抑郁药仍是老年抑郁的主要药物治疗手段,选择性 5-羟色胺再摄取抑制剂(SSRIs)和其他第二代抗抑郁药由于有效性和相对较低的不良事件风险成为治疗老年抑郁症的一线用药[38] [39]。中医认为老年抑郁为肝郁气滞,可采用针灸、耳穴压豆、方剂等方式为患者疏肝理气、行气开郁,达到治疗老年抑郁的效果[40],但是对于有其他疾病的患者来说,联合用药要考虑药物之间的配伍禁忌,影响药物的吸收因素以及副作用,都需要医生护士谨慎执行[15],关于多重药物治疗的作用机制以及病情的严重程度所需剂量等方面尚需要进一步研究。

5.2. 心理疗法

在孤独感和精神疾病方面,由于年龄歧视结构以及陈规定型观念和偏见,老年人的需求不那么明显[41],所以我们要加强对老年人的关注。特别是抑郁患者,通过多交流沟通产生共鸣,子女要给予关注和理解,尤其是陪伴,可以有效减缓老年抑郁的症状。郭清华[42]等人采取语言沟通及心理疏导的分式,给予个性化的护理会使抑郁患者减轻焦虑,恢复疾病,重归正常。可以通过音乐疗法,行为认知疗法等方式疏导老年患者心理,让老年人重拾对生活的信心。

5.3. 运动疗法

Moccia [43]等研究表面患者通过运动在随访期间抑郁症得到逐步改善;宋健等人通过检索文献的方法对太极拳治疗老年抑郁障碍进行了文献综述,发现太极拳对改善抑郁症状和降低老年孤独感等方面存在显著优势[44] [45]。鼓励老人多参加各种群体性活动,诱导抑郁的老人培养兴趣,比如:唱歌,爬山,打太极拳等,丰富老年人精神世界,降低孤独感。对于无法行动或是行动不便的抑郁患者,我们可以通过简单的肢体手势等来简单的锻炼,或是他人帮助运动,借助机械等方式。

6. 小结

人口老龄化是一个不容忽视的问题,我们应该多注意到老年人群的方方面面,随着时代的发展,老年人就会被社会淘汰,抑郁人群在逐渐上升,通过社会、家庭、心理以及医疗等对老年抑郁患者给以一定的干预策略,找到根本所在。本文只考虑了人口统计学的一部分以及环境和心理方面对老年抑郁的影响因素,并未涉及到家庭禀赋以及认知程度等方面,需要进一步去研究老年抑郁的影响因素及其影响程度,对于干预措施阐述较少,未涉及到电休克、中药脑波治疗等其他疗法,以及老年抑郁患者对火灾等应急能力与防范方面未提及。需要进一步去研究,来提供一定的建议,降低老年抑郁的发生率及自杀率,提高老年生活质量,减轻社会负担。

基金项目

2022 年吉首大学研究生科研创新项目(JGY2022088)。

参考文献

- [1] Malhi, G.S. and Mann, J.J. (2018) Depression. *The Lancet*, **392**, 2299-2312. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31948-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31948-2)
- [2] Gujral, S., Aizenstein, H., Reynolds, C.R., Butters, M.A. and Erickson, K.I. (2017) Exercise Effects on Depression: Possible Neural Mechanisms. *Gen Hosp Psychiatry*, **49**, 2-10. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2017.04.012>
- [3] Beghi, M., Butera, E., Cerri, C.G., Cornaggia, C.M., Febbo, F., Mollica, A., et al. (2021) Suicidal Behaviour in Older Age: A Systematic Review of Risk Factors Associated to Suicide Attempts and Completed Suicides. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, **127**, 193-211. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.04.011>
- [4] 邵灿, 马现仓. 积极心理学理论指导下的康复策略对老年抑郁症患者自我概念和生活质量的影响[J]. 国际老年医学杂志, 2021,42(5):272-274.
- [5] 徐萍, 赵丽晶, 陈莹莹, 王媛, 宋天娇, 侯欢, 等. 音乐治疗在抑郁症患者康复中的应用进展[J]. 中国临床保健杂志, 2020, 23(3): 316-320.
- [6] 王永军, 孙丽丽, 贾建军. 老年抑郁症与认知功能障碍研究进展[J]. 中华老年心脑血管病杂志, 2019, 21(7): 777-779.
- [7] Abdoli, N., Salari, N., Darvishi, N., Jafarpour, S., Solaymani, M., Mohammadi, M., et al. (2021) The Global Prevalence of Major Depressive Disorder (MDD) among the Elderly: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, **132**, 1067-1073. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.10.041>
- [8] 赵元. 健身交谊舞对老年人抑郁和焦虑情绪影响的实证研究[D]: [硕士学位论文]. 石家庄: 河北师范大学, 2015.
- [9] 曹秋云. 老年抑郁与脑卒中发病机制关系研究进展[J]. 实用老年医学, 2013, 27(7): 538-542.
- [10] 于薇. 音乐疗法对机构老年人抑郁的干预研究[D]: [硕士学位论文]. 武汉: 华中科技大学.
- [11] 罗红, 任荣, 胡道艳, 刘晶晶, 谭凡, 魏巍. 老年抑郁症及防护策略[J]. 护理实践与研究, 2012, 9(1): 127-129.
- [12] Kastenschmidt, E.K. and Kennedy, G.J. (2011) Depression and Anxiety in Late Life: Diagnostic Insights and Therapeutic Options. *Mount Sinai Journal of Medicine*, **78**, 527-545. <https://doi.org/10.1002/msj.20266>
- [13] Bilkis, M.S., Islam, M., Zaman, F., Zinia, S.N. and Rahman, M. (2020) Lifestyle and Depression in Urban Elderly of Selected District of Bangladesh. *Mymensingh Medical Journal*, **29**, 177-182.
- [14] Safarova, T.P., Yakovleva, O.B., Androsova, L.V., Simonov, A.N and Klyushnik, T.P. (2020) Some Inflammation Factors and Immunophenotypes of Depression in Elderly Patients. *Zhurnal Nevrologii i Psikiatrii imeni S.S. Korsakova*, **120**, 53-58. <https://doi.org/10.17116/jnevro202012002153>
- [15] Kok, R.M. and Reynolds, C.F. (2017) Management of Depression in Older Adults: A Review. *JAMA*, **317**, 2114-2122. <https://doi.org/10.1001/jama.2017.5706>
- [16] 李峥, 邹海欧, 王凌云, 姚秀钰, 李树亚, 李小雪, 等. 社区老年人认知功能和抑郁情绪的纵向研究[J]. 中华护理杂志, 2020, 55(9): 1394-1398.
- [17] 陈家林. 脑卒中后抑郁临床分析[C]//中国转化医学和整合医学研究会, 中华高血压杂志社. 中国转化医学和整合医学研讨会(广州站). 2015: 836-837.
- [18] 乔钦增, 沈志芳, 王静, 王长虹, 侯津杰. 邢台山区空巢老人抑郁症状调查及相关因素的研究[C]//中华中医药学会. 第十次中医药防治老年病学术交流会论文集. 2012: 129-131.
- [19] Sun, W., Matsuoka, T., Imai, A., Oya, N. and Narumoto, J. (2021) Effects of Hearing Impairment, Quality of Life and Pain on Depressive Symptoms in Elderly People: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, **18**, Article No. 12265. <https://doi.org/10.3390/ijerph182212265>
- [20] 江帆. 山东省冠县听障老年人抑郁现状调查与基于助听器的干预效果评价研究[D]: [博士学位论文]. 济南: 山东大学, 2021.
- [21] 叶欣, 朱大伟, 高嘉敏, 陈思源, 何平. 中国老年人听力对抑郁的影响研究[J]. 人口与发展, 2019, 25(5): 66-74.
- [22] 周红英, 薛丽, 钱朱丽. 循证护理、心理干预对老年糖尿病患者护理效果及心理状态分析[J]. 心理月刊, 2021, 16(18): 175-176+208.
- [23] 王海梅, 薛静. 听力损失老年人应对抑郁的策略[J]. 中国听力语言康复科学杂志, 2020, 18(5): 370-372.
- [24] 武盼盼, 邵景进, 贺念, 张丽. 老年人年龄认同特征及其与心理健康的关系[J]. 心理与行为研究, 2017, 15(4): 520-527.

- [25] 夏艳玲, 刘中华. 中国城乡老年人的经济福利对抑郁状况影响研究[J]. 调研世界, 2018(1):17-24.
- [26] Nakamura, C.A., Scazufca, M., Peters, T.J., Fajersztajn, L., Van de Ven, P., Hollingworth, W., *et al.* (2021) Depressive and Subthreshold Depressive Symptomatology in Older Adults Living in a Socioeconomically Deprived Area in Brazil and Characteristics Associated. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, **37**, 1-8. <https://doi.org/10.1002/gps.5665>
- [27] 王沛. 心理护理对老年糖尿病患者临床效果及焦虑抑郁情绪的影响评价[J]. 心理月刊, 2021, 16(17): 169-170. <https://doi.org/10.19738/j.cnki.psy.2021.17.083>
- [28] Zhang, Y., Chen, Y. and Ma, L. (2018) Depression and Cardiovascular Disease in Elderly: Current Understanding. *Journal of Clinical Neuroscience*, **47**, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.jocn.2017.09.022>
- [29] Zis, P., Daskalaki, A., Bountouni, I., Sykioti, P., Varrassi, G. and Paladini, A. (2017) Depression and Chronic Pain in the Elderly: Links and Management Challenges. *Clinical Interventions in Aging*, **12**, 709-720. <https://doi.org/10.2147/CIA.S113576>
- [30] Voorend, C.G.N., van Oevelen, M., Nieberg, M., Meuleman, Y., Franssen, C.F.M., Joosten, H., *et al.* (2021) Impact of the COVID-19 Pandemic on Symptoms of Anxiety and Depression and Health-Related Quality of Life in Older Patients with Chronic Kidney Disease. *BMC Geriatrics*, **21**, Article No. 650.
- [31] Nery, B., Cruz, K., Faustino, A.M., and Santos, C.T.B.D. (2018) Vulnerabilities, Depression, and Religiosity in the Elderly Hospitalised in an Emergency Unit. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, **39**, Article ID: e20170184. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2018.2017-0184>
- [32] Obuobi-Donkor, G., Nkire, N. and Agyapong, V. (2021) Prevalence of Major Depressive Disorder and Correlates of Thoughts of Death, Suicidal Behaviour, and Death by Suicide in the Geriatric Population—A General Review of Literature. *Behavioral Sciences*, **11**, Article No. 142. <https://doi.org/10.3390/bs11110142>
- [33] Kang, Y., Kang, S., Kim, K.J., Ko, H., Shin, J. and Song, Y.M. (2018) The Association between Family Mealtime and Depression in Elderly Koreans. *Korean Journal of Family Medicine*, **39**, 340-346. <https://doi.org/10.4082/kjfm.17.0060>
- [34] 朱莉. 心理护理干预对老年慢性心力衰竭患者情绪及心功能的影响[J]. 中国医药指南, 2021, 19(14): 202-203. <https://doi.org/10.15912/j.cnki.gocm.2021.14.095>
- [35] 艾陈涵. 老年综合评估及干预对高血压患者焦虑抑郁和血压的影响[D]: [硕士学位论文]. 昆明: 云南中医学院, 2018.
- [36] 陈羲. 山东省老年高血压患者心理健康状况及影响因素研究[D]: [硕士学位论文]. 济南: 山东大学, 2018.
- [37] 吴梅花, 林燕, 郑小娟, 陈肖虹, 赵晓立, 陈成辉, 等. 老年住院患者多重用药现状调查及其与潜在抑郁的关系[J]. 临床合理用药杂志, 2021, 14(32):148-149+152. <https://doi.org/10.15887/j.cnki.13-1389/r.2021.32.059>
- [38] 彭霞, 张兰. 老年抑郁症与抗精神病药研究进展[J]. 中国医学创新, 2019, 16(2): 168-172.
- [39] 陈锋. 抗抑郁药氟伏沙明对氯吡格雷药动学和药效学影响的研究[D]: [硕士学位论文]. 佳木斯: 佳木斯大学, 2016.
- [40] 王虹宇, 沈旭慧. 老年人衰弱和抑郁相关性的研究进展[J]. 中西医结合护理(中英文), 2019, 5(10): 201-205.
- [41] Elmersjö, M., Hansen, E. and Victor, M.L. (2021) Is It Normal to Be Depressed in Old Age? Needs Assessors' Conceptions of Older People's Mental Illness. *Health & Social Care in the Community*, **30**, 1182-1188. <https://doi.org/10.1111/hsc.13390>
- [42] 郭清华, 陈超, 栗雪琪, 薛博文. 个体化心理护理在伴有精神症状的抑郁症病人中的应用[J]. 护理研究, 2021, 35(1): 169-171. <https://doi.org/10.12102/j.issn.1009-6493.2021.01.033>
- [43] Moccia, L., Lanzotti, P., Pepe, M., Palumbo, L., Janiri, D., Camardese, G., *et al.* (2022) Remission of Functional Motor Symptoms Following Esketamine Administration in a Patient with Treatment-Resistant Depression: A Single-Case Report. *International Clinical Psychopharmacology*, **37**, 21-24. <https://doi.org/10.1097/YIC.0000000000000378>
- [44] 宋健, 赖红, 谢小婷, 黄佳, 吴劲松. 太极拳干预老年抑郁障碍的研究进展[J]. 福建中医药, 2019, 50(4): 83-88. <https://doi.org/10.13260/j.cnki.jfjtem.011886>
- [45] 谢素平, 于丽琴. 老年帕金森病合并抑郁患者护理最新研究进展[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(10): 29-30. <https://doi.org/10.19613/j.cnki.1671-3141.2019.10.014>