

DOI:10.16781/j.0258-879x.2020.03.0303

• 研究快报 •

新型冠状病毒肺炎相关心理健康研究现状

潘霄^{1△}, 刘伟志^{2△}, 徐正梅³, 赵峰⁴, 王家美⁵, 周宏玉⁶, 柏涌海^{1*}

1. 海军军医大学(第二军医大学)长征医院医学心理科, 上海 200003
2. 海军军医大学(第二军医大学)心理系基础心理学教研室, 上海 200433
3. 海军军医大学(第二军医大学)长征医院, 上海 200003
4. 海军军医大学(第二军医大学)长海医院虹口院区, 上海 200081
5. 海军军医大学(第二军医大学)长征医院心内科, 上海 200003
6. 海军军医大学(第二军医大学)长征医院脊柱外科, 上海 200003

[摘要] 新型冠状病毒肺炎(COVID-19)于2019年12月下旬被首次报道,随后在中国暴发流行。该病传染性强、病死率高,大众和医务人员都承受着巨大的心理压力。国内外学者已针对COVID-19患者心理健康展开研究,本文从心理卫生政策、心理干预措施、重点人群的心理健康3个方面对COVID-19相关心理健康研究现状作一综述。

[关键词] 新型冠状病毒肺炎;心理健康;心理卫生政策;心理干预;重点人群

[中图分类号] R 511 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0258-879X(2020)03-0303-04

Coronavirus disease 2019-related mental health: research progress

PAN Xiao^{1△}, LIU Wei-zhi^{2△}, XU Zheng-mei³, ZHAO Feng⁴, WANG Jia-mei⁵, ZHOU Hong-yu⁶, BAI Yong-hai^{1*}

1. Department of Medical Psychology, Changzheng Hospital, Naval Medical University (Second Military Medical University), Shanghai 200003, China
2. Department of Basic Psychology, Faculty of Psychology, Naval Medical University (Second Military Medical University), Shanghai 200433, China
3. Changzheng Hospital, Naval Medical University (Second Military Medical University), Shanghai 200003, China
4. Hongkou Branch of Changhai Hospital, Naval Medical University (Second Military Medical University), Shanghai 200081, China
5. Department of Cardiology, Changzheng Hospital, Naval Medical University (Second Military Medical University), Shanghai 200003, China
6. Department of Spine Surgery, Changzheng Hospital, Naval Medical University (Second Military Medical University), Shanghai 200003, China

[Abstract] Coronavirus disease 2019 (COVID-19) was first reported in late December 2019, and then erupted in China. COVID-19 is characterized by strong infectivity and a high mortality rate. The public and medical staff are under great psychological pressure. Scholars at home and abroad have carried out researches on mental health during the outbreak of COVID-19. This article summarizes the current researches on mental health related to COVID-19 from three aspects: mental health policy, mental intervention measures and mental health of key population.

[Key words] coronavirus disease 2019; mental health; mental health policy; psychological intervention; key population

[Acad J Sec Mil Med Univ, 2020, 41(3): 303-306]

新型冠状病毒肺炎(coronavirus disease 2019, COVID-19)于2019年12月下旬在中国被首次报

道,其暴发流行对中国产生了巨大影响,也成为国际关注的突发公共卫生事件^[1]。截至2020年2月

[收稿日期] 2020-02-28

[接受日期] 2020-03-07

[基金项目] 2020年海军军医大学(第二军医大学)长征医院金字塔人才工程项目,湖北省妇幼保健院光谷院区科研项目(2020-FYGG-017)。Supported by Pyramid Talent Project of Changzheng Hospital of Naval Medical University (Second Military Medical University) in 2020 and Scientific Research Project of Guanggu Branch of Maternal and Child Healthcare Hospital (2020-FYGG-017).

[作者简介] 潘霄,博士,副教授。E-mail: pxiao08@aliyun.com;刘伟志,博士,教授。E-mail: liuweizhi@smmu.edu.cn

[△]共同第一作者(Co-first authors).

*通信作者(Corresponding author). Tel: 021-81885066, E-mail: baiyonghai179@126.com

22日24时,据31个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团报告,累计COVID-19确诊病例76 936例,疑似病例4 148例^[2]。由于确诊病例和死亡人数迅速增加,大众和医务人员一直承受着心理上的巨大压力。国家卫生健康委员会已发布了《新型冠状病毒感染的肺炎疫情紧急心理危机干预指导原则》^[3],全国各地的医疗机构和院校都开放了在线平台,为患者及其家人和其他受疫情影响的人群提供心理咨询服务。国内外学者也陆续针对COVID-19患者的心理健康开展研究。截至2020年2月23日,中国知网数据库共有140篇有关COVID-19的以中文发表的论文,其中14篇关注心理健康;PubMed数据库共有322篇有关COVID-19的论文(已除去42篇以中文发表的论文),其中10篇关注心理健康。本文就COVID-19相关心理健康研究现状作一综述。

1 心理卫生政策

政府出台的卫生政策可能会对大众带来心理影响。2020年1月28日,Rubin和Wessely^[4]发文讨论了武汉市的“封城”政策(2020年1月23日上午10:00执行)可能产生的心理学效应。作者认为,“封城”以后武汉当地人可能会出现焦虑、恐慌、被控制、被困住的想法;第2个影响是可能会降低大众对政府的信任,产生谣言;第3个影响是可能会导致很多轻度身体不适但并没有患上COVID-19的患者到医院就诊,还可能出现武汉居民受到歧视或财产遭到攻击的情况。目前尚未见大样本量的心理调查研究。强制大规模的隔离措施有利于疫情防控,同时也应采取相关措施降低其对大众心理健康造成的影响。

其他学者就施行心理卫生政策的必要性和紧迫性进行了探讨。Xiang等^[5]于2020年2月4日发表文章,认为需要关注COVID-19暴发后大众的心理健康;通过类比2003年严重急性呼吸综合征(severe acute respiratory syndrome, SARS)的暴发,作者提出了数个国家层面医疗卫生政策方面的建议,如建立国家级别和区域级的多学科精神卫生小组、向医务人员和患者定期提供准确的疫情信息等。Duan和Zhu^[6]对中国已开展的心理健康工作进行了点评,提出了国家对心理健康工作具体情况关注少、总体规划有待完善、缺乏心理健康专业人才等问题,并给出了相应的建议。Bao等^[7]认为COVID-19的暴发是对大众心理健康的挑战,并认为其危害程度可能会超过COVID-19暴发本身引

发的后果。除了中国的情况外,Shigemura等^[8]也讨论了日本民众对于COVID-19的心理反应,其中提到有一位负责隔离的政府官员因工作失误而自杀。

2 心理干预措施

一些学者介绍了COVID-19暴发期间中国的心理健康工作经验。Liu等^[9]描述了中国在线心理工作的开展情况,从在线心理调查、在线心理健康教育 and 在线心理干预3个方面介绍了经验。Kang等^[10]介绍了武汉当地政府针对医务人员开展的心理干预工作,特别强调了政府从不同角度减轻医务人员的工作压力,如从其他省市抽调医务人员驰援武汉、建立轮班制度、提供在线问诊平台等;此外,还成立了心理干预小组,对医务人员和患者进行心理干预。Chen等^[11]介绍了湖南某大型三甲医院为医务人员提供心理健康关怀的经验,如医院为医务人员提供休息区、帮助员工录制日常活动录像、让医务人员了解患者心理问题的识别和应对措施、派遣医院安全人员帮助应对不合作的患者、心理咨询师定期走访休息区聆听并支持工作人员等。魏华和李廷玉^[12]分析了COVID-19疫情对不同人群心理的影响,提出了相关心理干预的建议。周小东^[13-15]提出了抗击心理防线要点及患者的心理卫生、焦虑恐惧心理的防治措施。马良坤等^[16]也提出了疫情防控期间孕产妇心理调整的建议。保持患者和医务人员心理健康对于更好地控制疫情至关重要,虽然目前对疫情期间如何实施心理干预尚未达成共识,但這些心理干预经验和相关建议为更好地应对突发传染病暴发事件提供了参考。

3 重点人群的心理健康

COVID-19对不同人群心理健康造成的影响也不相同,有学者认为应该关注一些重点人群的心理健康。Yang等^[17]认为,应在COVID-19暴发后关注老年人的心理健康,原因包括中国是世界上老龄化人口最多的国家、大部分COVID-19死亡病例为老年患者导致老年人心理压力更大、老年人群互联网和手机使用率不高导致大部分老年人无法接受在线精神卫生服务,以及现阶段多地实施隔离和交通管制措施给老年精神疾病患者的维持治疗造成不便等。Liem等^[18]认为,疫情期间不应忘记关注国际移民工作者,因为与当地居民相比他们具有较高的常见精神疾病(如抑郁症)负担,生活质量较低,这种情况在COVID-19流行期间可能会恶化。王悦等^[19]、李少闻等^[20]研究发现,386名疫情期间居

家的儿童青少年抑郁和焦虑症状的检出率分别达22.0%和10.4%，认为尤其应该关注女生、年龄较大的高年级学生、乡镇及农村儿童的心理健康。

在国家层面，国家卫生健康委员会发布的《新型冠状病毒感染的肺炎疫情紧急心理危机干预指导原则》把COVID-19影响人群分为4级^[3]：第1级人群为COVID-19确诊患者（住院治疗的重症及以上患者）、疫情防控一线医护人员、疾控人员和管理人员等。这类人员的早期心理特点为麻木、否认、愤怒、恐惧、焦虑、抑郁、失望、抱怨、失眠或攻击、孤独，也可能因对疾病的恐惧而不配合或放弃治疗，或对治疗的过度乐观和期望值过高，或濒死感、恐慌、绝望。第2级人群为居家隔离的轻症患者（密切接触者、疑似患者）和到医院就诊的发热患者。这类人员的心理特点是恐慌、不安、孤独、无助、压抑、抑郁、悲观、愤怒、紧张，以及被他人疏远躲避的压力、委屈、羞耻感或不重视疾病等；有些疑似患者可能出现侥幸心理、躲避治疗、怕被歧视，或焦躁、过度求治、频繁转院等。第3级人群为与第1级、第2级人群有关的人，如家属、同事、朋友，以及参加疫情应对的后方救援者如现场指挥人员、组织管理人员、志愿者等。这类人员的心理特点是躲避、不安、等待期的焦虑，或盲目勇敢、拒绝防护和居家观察等。第4级人群为受疫情防控措施影响的疫区相关人群、易感人群、普通公众。这类人员的心理特点是恐慌、不敢出门、盲目消毒、失望、恐惧、易怒、攻击行为和过于乐观、放弃等。

目前已有不少学者开展了COVID-19相关心理健康方面的横断面研究，如针对疫情期间居家儿童青少年的抑郁和焦虑症状的调查等^[19-20]，但针对COVID-19患者的研究尚少。梅俊华等^[21]调查了70例感染COVID-19的医护人员患者，发现这些医护人员患者存在明显的心理障碍、应激障碍及睡眠障碍。马楷轩等^[22]对145名隔离人员的调查研究发现他们的心理健康水平下降。相对而言，针对医务工作者群体开展的调查研究较多。Liu等^[9]开展的多中心在线调查研究显示，1563名医护人员的抑郁、焦虑、失眠和应激症状的检出率分别高达50.7%、44.7%、36.1%和73.4%。徐明川和张悦^[23]研究发现，41名参加一线抗击COVID-19疫情的护理人员中有92.68%在2周内出现心理问题。吴际军等^[24]发现，4所三甲医院106名一线抗击COVID-19疫情的护士中有64.15%存在睡眠问题，79.25%存在轻中度焦虑。蒲佳等^[25]研究发

现，COVID-19疫情期间某医院867名护士总体上无明显的焦虑及危机反应。刘祯帆等^[26]研究发现，629名临床医务人员COVID-19的核心应急能力处于中等水平。杨海红等^[27]开展的针对一线抗击COVID-19护士的质性研究发现，知识储备不足、工作负荷大、心理状态波动、感激团队及社会支持是她们的心理体验主题。

总体而言，老年人、儿童青少年、COVID-19患者和医护人员存在较多心理健康问题，应给予重点关注，制定个体化心理干预措施，以保障其身心健康。

4 小 结

COVID-19暴发后的在线心理健康服务和面对面的心理干预已经开展，但相关研究尚显不足，心理健康方面的实验性研究特别是针对重点人群的随机对照试验（randomized controlled trial, RCT）研究还未见发表。这可能是由于心理服务的起效需要一定时间、一线医疗团队缺乏有临床经验的心理学专家和精神科医师参与，开展相关研究需要一定的周期；此外还可能与临床试验研究论文发表前需要更长时间的同行评议有关。随着COVID-19心理健康工作的不断深入，针对患者和医护人员心理服务的大规模RCT研究、针对某特殊群体（如老人、儿童青少年、低收入人群等）的大规模流行病学调查研究、长期的患者及家属心理服务效果的队列研究、针对疫情期间特殊社会现象（如抢购双黄连）的社会心理学研究等将陆续开展。总之，COVID-19疫情暴发期间的心理健康研究需要被更多地关注，为临床开展心理健康工作提供充分的依据和可行性。

[参 考 文 献]

- [1] WANG C, HORBY P W, HAYDEN F G, GAO G F. A novel coronavirus outbreak of global health concern[J]. *Lancet*, 2020, 395: 470-473.
- [2] 中华人民共和国国家卫生健康委员会. 截至2月22日24时新型冠状病毒肺炎疫情最新情况[R/OL]. (2020-02-23)[2020-02-23]. <http://www.nhc.gov.cn/xcs/yqtb/202002/07e5b22758364f2482d83537ef3975d2.shtml>.
- [3] 中华人民共和国国家卫生健康委员会. 关于印发新型冠状病毒感染的肺炎疫情紧急心理危机干预指导原则的通知[EB/OL]. (2020-01-27)[2020-02-23]. <http://www.nhc.gov.cn/jkj/s3577/202001/6adc08b966594253b2b791be5c3b9467.shtml>.
- [4] RUBIN G J, WESSELY S. The psychological effects of

- quarantining a city[J/OL]. *BMJ*, 2020, 368: m313. doi: 10.1136/bmj.m313.
- [5] XIANG Y T, YANG Y, LI W, ZHANG L, ZHANG Q, CHEUNG T, et al. Timely mental health care for the 2019 novel coronavirus outbreak is urgently needed[J]. *Lancet Psychiatry*, 2020, 7: 228-229.
- [6] DUAN L, ZHU G. Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic[J/OL]. *Lancet Psychiatry*, 2020. pii: S2215-0366(20)30073-0. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30073-0.
- [7] BAO Y, SUN Y, MENG S, SHI J, LU L. 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society[J/OL]. *Lancet*, 2020, 395: e37-e38. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30309-3.
- [8] SHIGEMURA J, URSANO R J, MORGANSTEIN J C, KUROSAWA M, BENEDEK D M. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: mental health consequences and target populations[J/OL]. *Psychiatry Clin Neurosci*, 2020. doi: 10.1111/pcn.12988.
- [9] LIU S, YANG L, ZHANG C, XIANG Y T, LIU Z, HU S, et al. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak[J/OL]. *Lancet Psychiatry*, 2020. pii: S2215-0366(20)30077-8. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30077-8.
- [10] KANG L, LI Y, HU S, CHEN M, YANG C, YANG B X, et al. The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus[J/OL]. *Lancet Psychiatry*, 2020, 7: e14. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30047-X.
- [11] CHEN Q, LIANG M, LI Y, GUO J, FEI D, WANG L, et al. Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak[J/OL]. *Lancet Psychiatry*, 2020. pii: S2215-0366(20)30078-X. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30078-X.
- [12] 魏华, 李廷玉. 新型冠状病毒肺炎疫情对不同人群心理的影响及心理干预的建议[J/OL]. *儿科药学杂志*, 2020.(2020-02-18)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/50.1156.r.20200218.1651.001.html>.
- [13] 周小东. 抗击新型冠状病毒肺炎疫情心理防线要点[J/OL]. *解放军医药杂志*, 2020.(2020-02-19)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/13.1406.r.20200217.1736.002.html>.
- [14] 周小东. 新型冠状病毒肺炎患者焦虑恐惧心理的防治措施[J/OL]. *解放军医药杂志*, 2020.(2020-02-19)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/13.1406.r.20200217.1832.004.html>.
- [15] 周小东. 新型冠状病毒肺炎患者的心理卫生研究[J/OL]. *解放军医药杂志*, 2020.(2020-02-19)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/13.1406.r.20200218.0853.002.html>.
- [16] 马良坤, 段艳平, 郑睿敏, 曾学军, 刘俊涛, 魏镜. 新型冠状病毒肺炎疫情防控期间孕产妇心理调整专家建议[J/OL]. *协和医学杂志*, 2020.(2020-02-19)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.5882.r.20200219.0953.002.html>.
- [17] YANG Y, LI W, ZHANG Q, ZHANG L, CHEUNG T, XIANG Y T. Mental health services for older adults in China during the COVID-19 outbreak[J/OL]. *Lancet Psychiatry*, 2020. pii: S2215-0366(20)30079-1. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30079-1.
- [18] LIEM A, WANG C, WARIYANTI Y, LATKIN C A, HALL B J. The neglected health of international migrant workers in the COVID-19 epidemic[J/OL]. *Lancet Psychiatry*, 2020. pii: S2215-0366(20)30076-6. doi: 10.1016/S2215-0366(20)30076-6.
- [19] 王悦, 杨媛媛, 李少闻, 雷晓梅, 杨玉凤. 新型冠状病毒肺炎流行期间居家儿童青少年抑郁情绪调查及影响因素分析[J/OL]. *中国儿童保健杂志*, 2020.(2020-02-18)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/61.1346.R.20200218.1248.002.html>.
- [20] 李少闻, 王悦, 杨媛媛, 雷晓梅, 杨玉凤. 新型冠状病毒肺炎流行居家隔离期间儿童青少年焦虑性情绪障碍的影响因素分析[J/OL]. *中国儿童保健杂志*, 2020.(2020-02-18)[2020-02-23]. <https://kns.cnki.net/KCMS/detail/61.1346.R.20200218.1257.004.html>.
- [21] 梅俊华, 张琦, 龚雪, 李俐娟, 张忠文, 王婧, 等. 新型冠状病毒肺炎感染医护人员心理及睡眠状态分析[J/OL]. *医药导报*, 2020.(2020-02-17)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/42.1293.R.20200215.0150.002.html>.
- [22] 马楷轩, 张焱德, 侯田雅, 吴明兰, 蔡文鹏, 文童. 新型冠状病毒肺炎疫情期间隔离人员生理心理状况调查[J/OL]. *中国临床医学*, 2020.(2020-02-20)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/31.1794.R.20200219.1111.002.html>.
- [23] 徐明川, 张悦. 首批抗击新型冠状病毒感染肺炎的临床一线支援护士的心理状况调查[J/OL]. *护理研究*, 2020.(2020-01-31)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/14.1272.r.20200131.1911.004.html>.
- [24] 吴际军, 宋娴, 陈飞, 刁元杰, 陈德春, 敬星操, 等. 抗击新型冠状病毒肺炎疫情临床一线护士睡眠质量调查及其影响因素[J/OL]. *护理研究*, 2020.(2020-02-14)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/14.1272.r.20200214.1136.004.html>.
- [25] 蒲佳, 李桂蓉, 曹璐璐, 伍苑晨, 徐灵琳. 某三甲医院临床护士面对新型冠状病毒肺炎疫情的心理状况调查分析[J/OL]. *重庆医学*, 2020.(2020-02-20)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/50.1097.R.20200219.2121.006.html>.
- [26] 刘祯帆, 代萍, 严晓婷, 吴际军. 新型冠状病毒肺炎突发公共卫生事件医务人员核心应急能力的调查[J/OL]. *重庆医学*, 2020.(2020-02-20)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/50.1097.r.20200220.1108.002.html>.
- [27] 杨海红, 戴莉, 陈秋香, 吕桂芝. 基层医院首批抗击新型冠状病毒肺炎护士心理体验的质性研究[J/OL]. *护理管理杂志*, 2020.(2020-02-21)[2020-02-23]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/11.4716.C.20200220.1442.002.html>.