

Výsledky výzkumu na téma duševního zdraví mladých dospělých v ČR

Psychiatrická klinika 1. LF UK a VFN v Praze

Vedoucí výzkumného projektu:

prof. PhDr. Radek Ptáček, Ph.D.

Výzkumný tým:

MSc. Martina Sebalová Vňuková, Ph.D.

MSc. Ivan Sebalová, Ph.D.

Doc. MUDr. Martin Anders, Ph.D.

Citace výzkumu: Duševní zdraví a životní styl mladých dospělých, Psychiatrická klinika 1. LF UK a VFN v Praze

Kontakt pro další informace: radek.ptacek@lf1.cuni.cz

Ve studii o duševním zdraví a životním stylu mladých dospělých v České republice se výzkumný tým zaměřil na získání reprezentativního vzorku populace ve věku 18 až 30 let. Výzkum byl realizován ve spolupráci s agenturou STEM/MARK, díky čemuž vzorek reflektuje demografické rozložení české populace v daném věkovém rozmezí. Výběr reprezentativního vzorku je zásadním krokem ve výzkumném procesu, jelikož zajišťuje validitu a reliabilitu získaných dat a umožňuje generalizaci výsledků na celou populaci.

Metoda Computer Assisted Web Interviewing (CAWI) byla zvolena jako primární sběrná technika pro tento výzkum. CAWI je moderní výzkumná metodologie, která využívá internetové technologie k efektivnímu a rychlému sběru dat prostřednictvím online dotazníků.

Metodologie zahrnovala použití standardizovaných dotazníků. Tyto nástroje jsou klíčové pro kvantitativní výzkum, jelikož poskytují pevně stanovené otázky s předdefinovanými odpověďmi, což umožňuje objektivní srovnání výsledků a zajišťuje vysokou míru standardizace sběru dat. Použití standardizovaných dotazníků také umožňuje porovnat zjištění s výsledky jiných studií a s existujícími databázemi. Kromě standardizovaných dotazníků byla do studie integrována také specifická baterie otázek vyvinutá týmem z 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy. Tento přístup umožnil výzkumníkům přizpůsobit dotazníky tak, aby lépe reflektovaly specifika české populace a zohledňovaly konkrétní výzkumné cíle. Kombinace standardizovaných nástrojů a specificky navržených otázek tak poskytla komplexní pohled na duševní zdraví a životní styl mladých dospělých v České republice, přičemž zajišťovala jak objektivitu a srovnatelnost dat, tak jejich relevanci a specifickou pro kontext studie.

Výsledky

Z hlediska (biologické) genderové distribuce byl vzorek téměř rovnoměrně rozdělen mezi muže (49,2 %) a ženy (50,5 %), s marginálním zastoupením ostatních genderových identit (0,3 %). Pro další analýzy byli zahrnuti pouze muži a ženy, protože ačkoliv je nezbytné věnovat se problematice nebinární populace, z důvodu minimální reprezentace v našem vzorku to nebylo možné.

Tabulka 1 – Pohlaví

Pohlaví	%	N
Muž	49,2	507
Žena	50,5	520
Jiné	0,3	3
Celkem	1030	1030

Tabulka 2 – Věk

Věk	%	N
18	9,2	95
19	7,3	75
20	6,8	70
21	5,7	59
22	5,5	57
23	5,8	60
24	4,6	47
25	6,7	69
26	8,1	83
27	10,2	105
28	10,0	103
29	9,4	97
30	10,7	110
Celkem	1030	1030

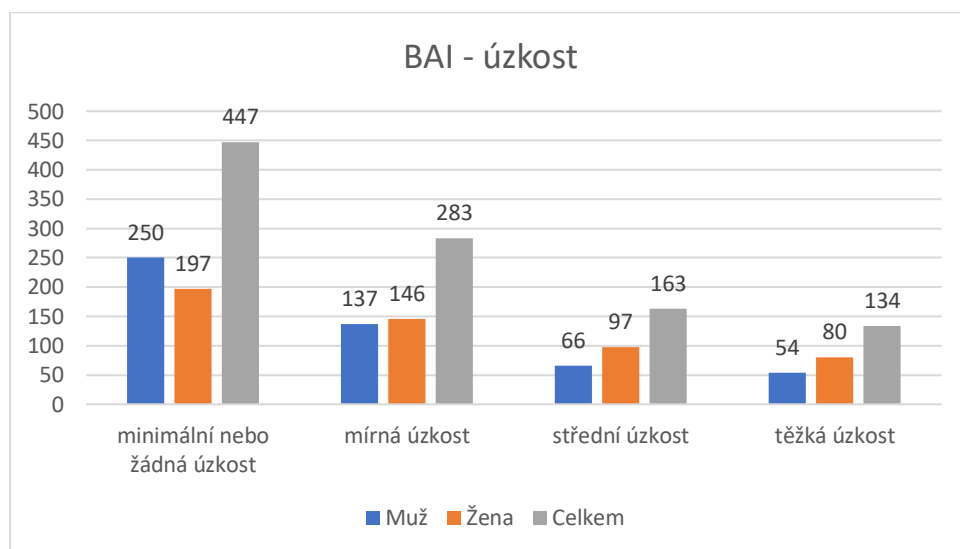
Tabulka 3 – Nejvyšší dosažené vzdělání

Vaše nejvyšší dosažené vzdělání:	%	N
Základní	17,1	176
Středoškolské/vyučen(a) bez maturity	15,0	155
Středoškolské/vyučen(a) s maturitou	42,1	434
Vysokoškolské - bakalářské	12,1	125
Vysokoškolské - magisterské	13,5	139
Vysokoškolské - postgraduální	0,1	1
Celkem	1030	1030

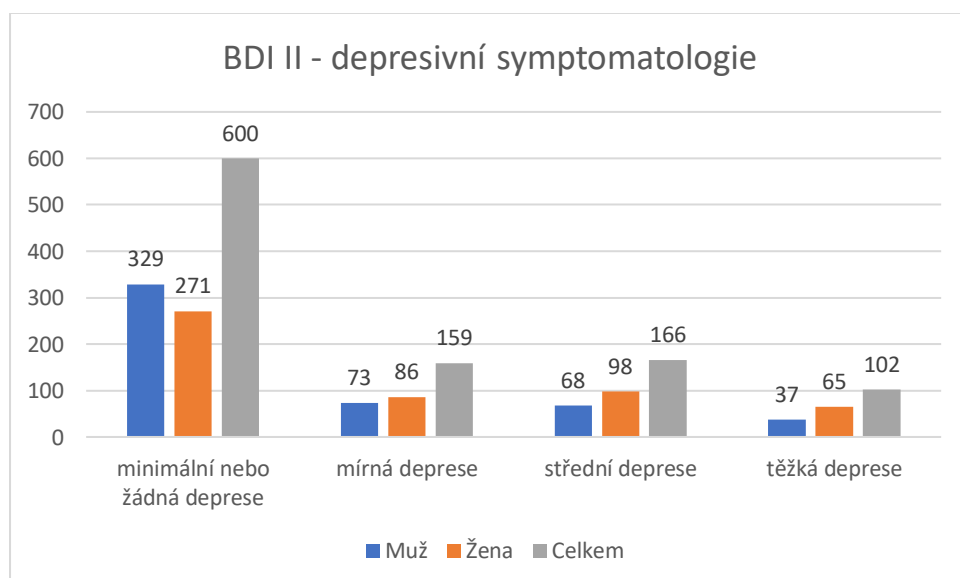
Tabulka 4 Genderové rozdíly v úzkosti, depresivní symptomatologii a vyhoření

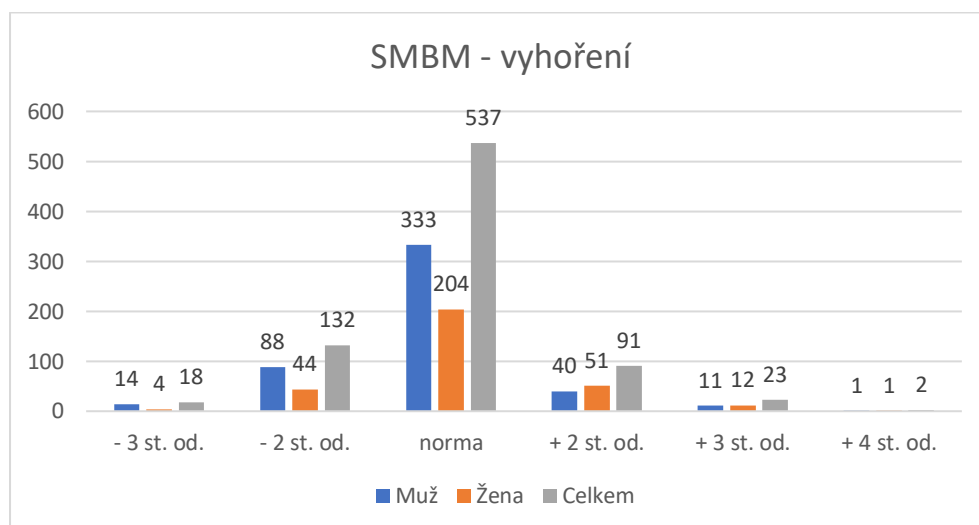
	Muž	Žena	Celkem
	průměr (standardní odchylka)	průměr (standardní odchylka)	průměr (standardní odchylka)
BAI úzkost	10,64 (10,12)	13,36 (11,41)	12,02 (10,88)
BDI II depresivní symptomatologie	11,81 (10,37)	15,06 (11,19)	13,46 (10,91)
SMBM vyhoření	47,3 (15,51)	51,25 (16,04)	48,85 (15,83)
SMBM fyzické vyhoření	21,46 (7,67)	23,87 (7,96)	22,41 (7,87)
SMBM kognitivní vyhoření	16,8 (6,29)	17,99 (6,34)	17,27 (6,33)
SMBM emoční vyhoření	9,04 (3,86)	9,38 (4,03)	9,18 (3,93)

Graf 1 – úzkost



Graf 2 – depresivní symptomatologie



Graf 3 – vyhoření**Tabulka 5 – lifestyle**

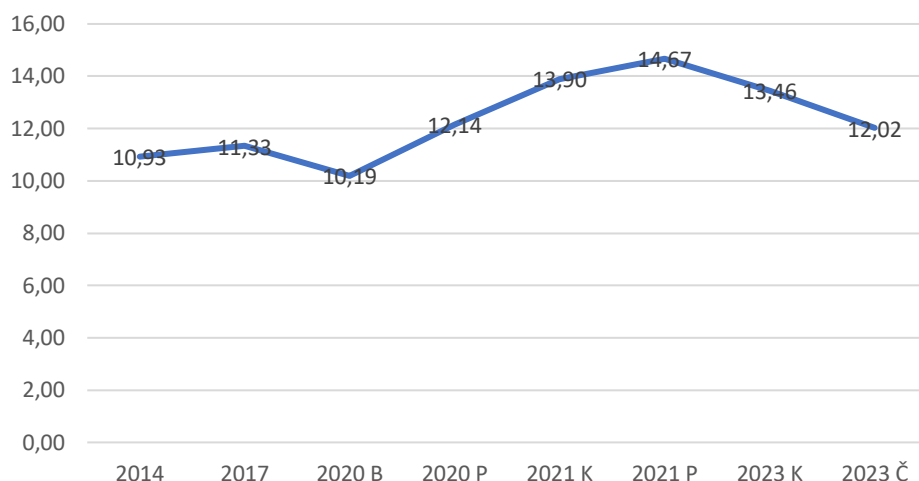
	Muž	Žena	Celkem
Dodržujete zásady zdravého životního stylu?			
Ano	357	333	690
Ne	147	185	332
Kouříte nebo jste kouřil/a?			
Ano	185	222	407
Ne	322	298	620
Pijete alkohol?			
Denně	11	2	13
Čtyřikrát nebo vícekrát týdně	21	10	31
Dva až třikrát týdně	100	57	157
Dva až čtyřikrát měsíčně	176	161	337
Jednou měsíčně nebo méně často	148	207	355
Ne, vůbec	51	83	134
Užíváte pravidelně nějaké návykové látky (drogy)?			
Ano	24	8	32
Ne	483	512	995
Chodíte spát v pravidelnou dobu?			
ano	282	291	573
ne	225	229	454
Spíte alespoň 6 hodin denně?			
ano	454	454	908
ne	53	66	119
Trpíte nadměrnou spavostí a únavou v průběhu dne?			
ano	150	202	352
ne	357	318	675

Máte problémy se spánkem přes noc?			
ano	121	143	264
ne	386	377	763
Řešíte problémy se spánkem s lékařem?			
ano	24	16	40
ne	483	504	987
Chodíte spát před půlnocí?			
ano	357	427	784
ne	150	93	243
Probouzíte se opakovaně během noci?			
ano	133	223	356
ne	374	297	671

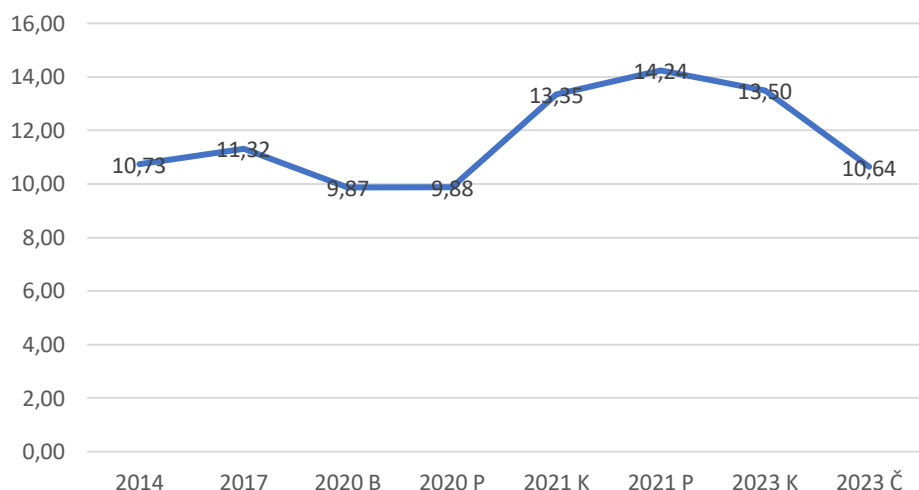
Tabulka 6. Regrese: Dopad životního stylu na depresivní symptomatologii (n = 1022)

	Estimate, (SE)
(Constant)	12.90*** (2.25)
Muži	
Vzdělání	-0.64* (0.29)
Návykové látky (Ano)	4.23* (2.11)
Trpíte nadměrnou spavostí a únavou během dne	5.42*** (1.03)
Máte problémy se spánkem přes noc?	2.62* (1.20)
Chodíte spát před půlnocí?	-2.14* (1.03)
Probouzíte se opakovaně během noci?	2.80* (1.11)
Ženy	
Alkohol denně	19.00** (7.64)
Máte problémy se spánkem přes noc?	3.82* (1.64)
Chodíte spát před půlnocí?	4.32** (1.56)
Observations	1,022
R ²	0.26
Adjusted R ²	0.24
Residual Std. Error	9.54 (df = 990)
F Statistic	11.30*** (df = 31; 990)
Note:	* p ** p *** p<0.001

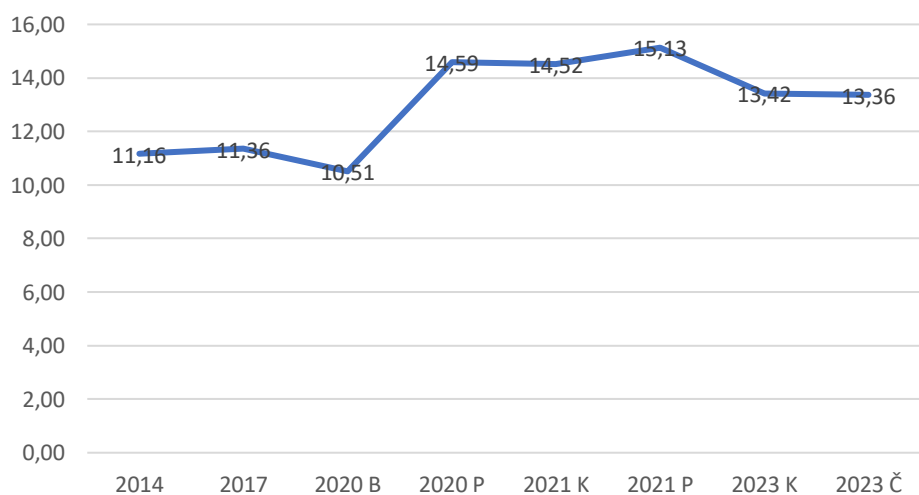
Celková depresivní symptomatologie



Depresivní symptomatologie - Muži



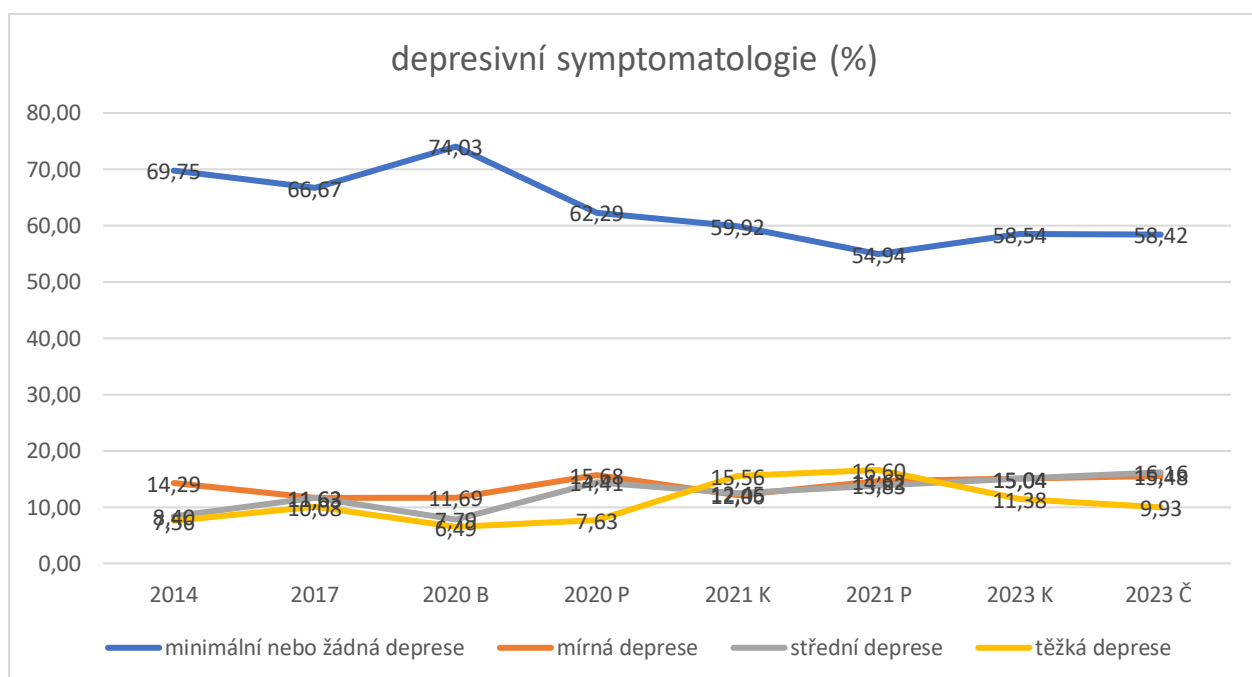
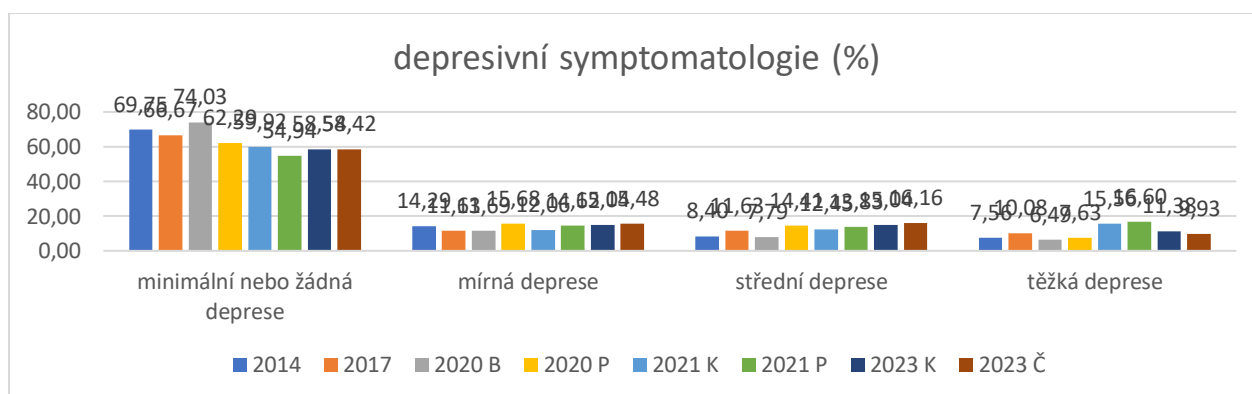
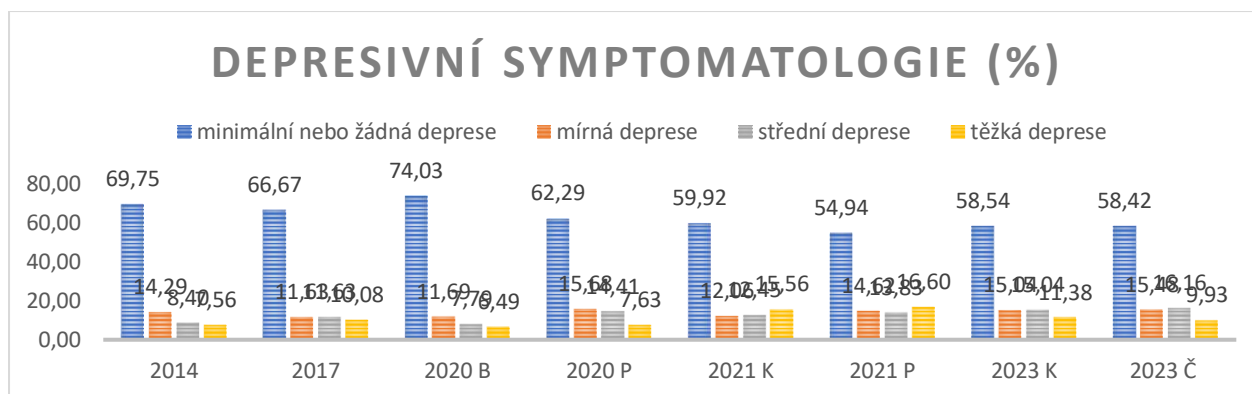
Depresivní symptomatologie - Ženy



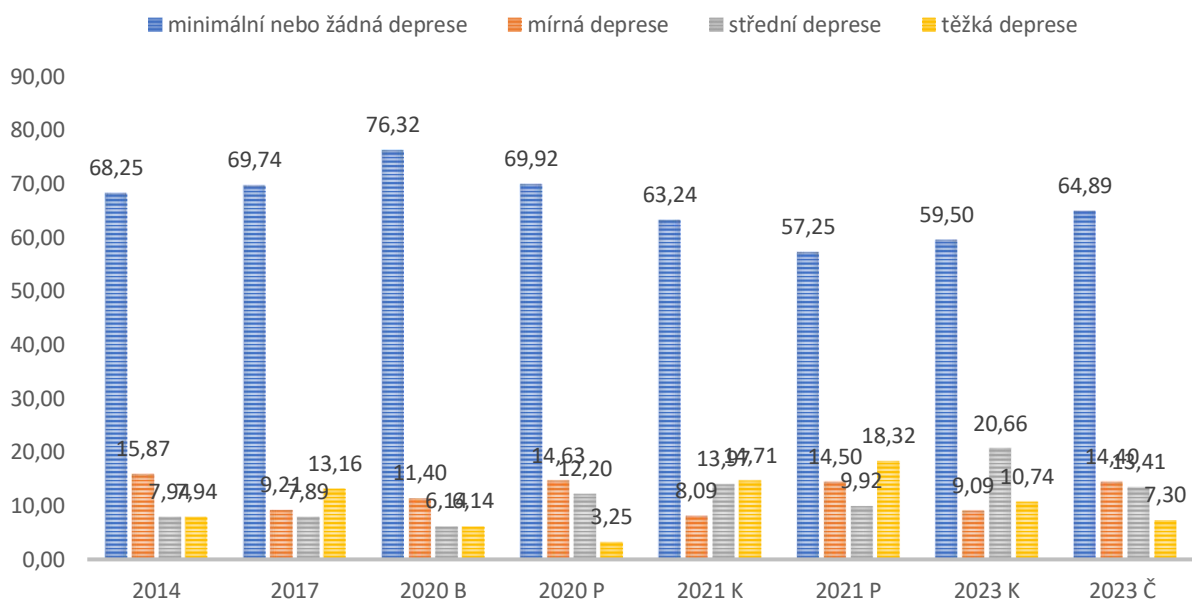
Tabulka 8 – depresivní symptomatologie dle kategorií

	N			%		
2014	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy
minimální nebo žádná deprese	83	43	40	69,75	68,25	71,43
mírná deprese	17	10	7	14,29	15,87	12,50
střední deprese	10	5	5	8,40	7,94	8,93
těžká deprese	9	5	4	7,56	7,94	7,14
2017	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy
minimální nebo žádná deprese	86	53	33	66,67	69,74	62,26
mírná deprese	15	7	8	11,63	9,21	15,09
střední deprese	15	6	9	11,63	7,89	16,98
těžká deprese	13	10	3	10,08	13,16	5,66
2020 B	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy
minimální nebo žádná deprese	171	87	84	74,03	76,32	71,79
mírná deprese	27	13	14	11,69	11,40	11,97
střední deprese	18	7	11	7,79	6,14	9,40
těžká deprese	15	7	8	6,49	6,14	6,84
2020 P	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy
minimální nebo žádná deprese	147	86	61	62,29	69,92	53,98
mírná deprese	37	18	19	15,68	14,63	16,81
střední deprese	34	15	19	14,41	12,20	16,81
těžká deprese	18	4	14	7,63	3,25	12,39
2021 K	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy
minimální nebo žádná deprese	154	86	68	59,92	63,24	56,20
mírná deprese	31	11	20	12,06	8,09	16,53
střední deprese	32	19	13	12,45	13,97	10,74
těžká deprese	40	20	20	15,56	14,71	16,53
2021 P	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy
minimální nebo žádná deprese	139	75	64	54,94	57,25	52,46
mírná deprese	37	19	18	14,62	14,50	14,75
střední deprese	35	13	22	13,83	9,92	18,03
těžká deprese	42	24	18	16,60	18,32	14,75
2023 K	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy
minimální nebo žádná deprese	144	72	72	58,54	59,50	57,60
mírná deprese	37	11	26	15,04	9,09	20,80
střední deprese	37	25	12	15,04	20,66	9,60
těžká deprese	28	13	15	11,38	10,74	12,00
2023 Č	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy

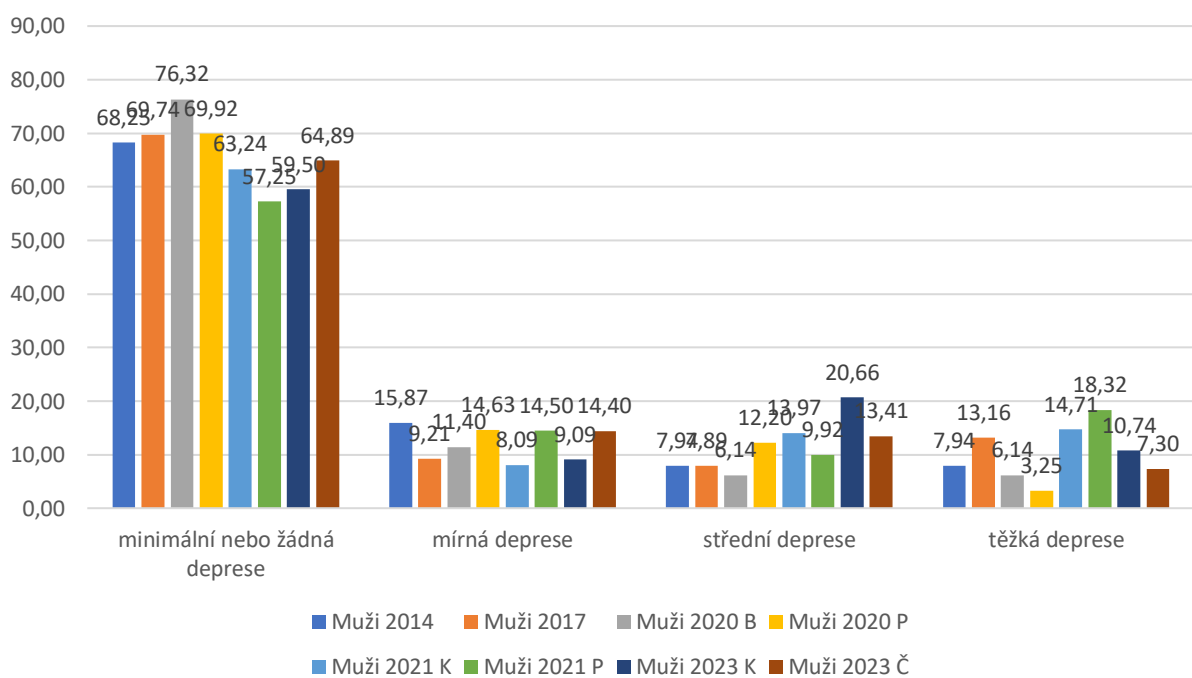
minimální nebo žádná deprese	600	329	271	58,42	64,89	52,12
mírná deprese	159	73	86	15,48	14,40	16,54
střední deprese	166	68	98	16,16	13,41	18,85
těžká deprese	102	37	65	9,93	7,30	12,50

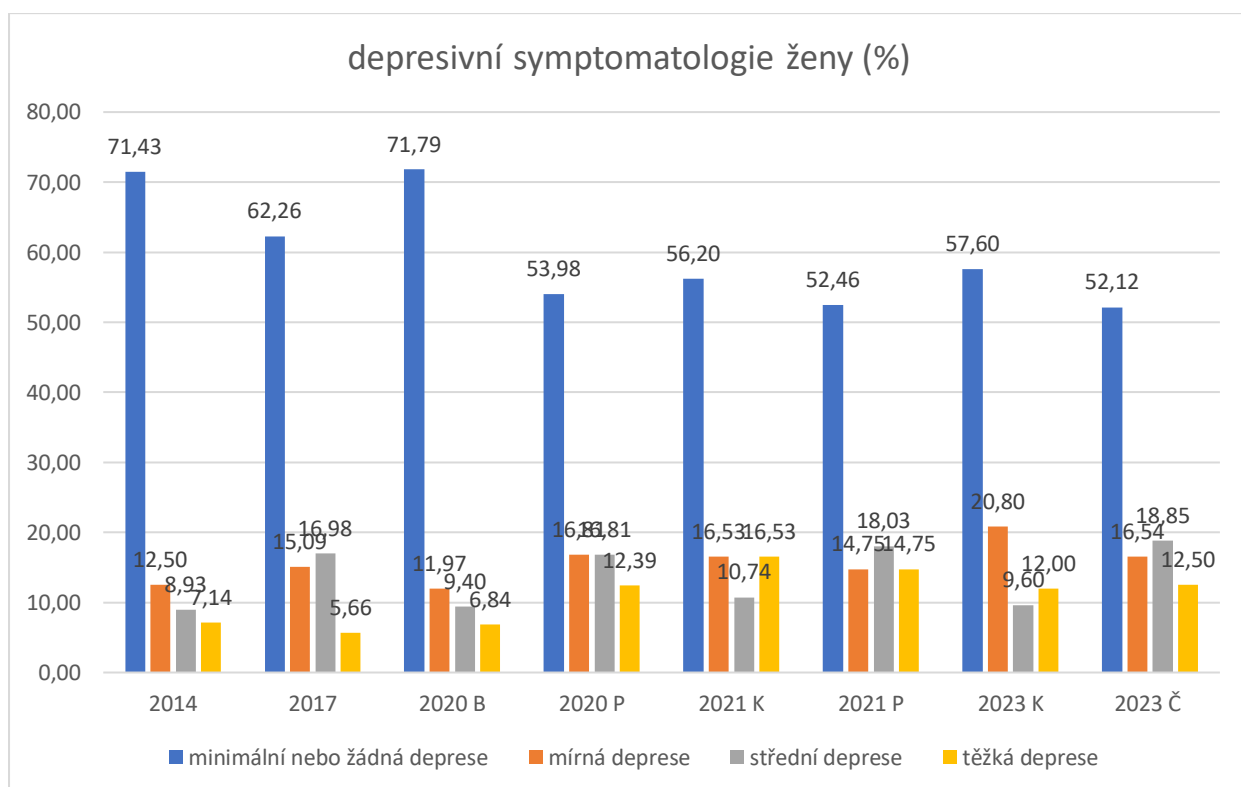
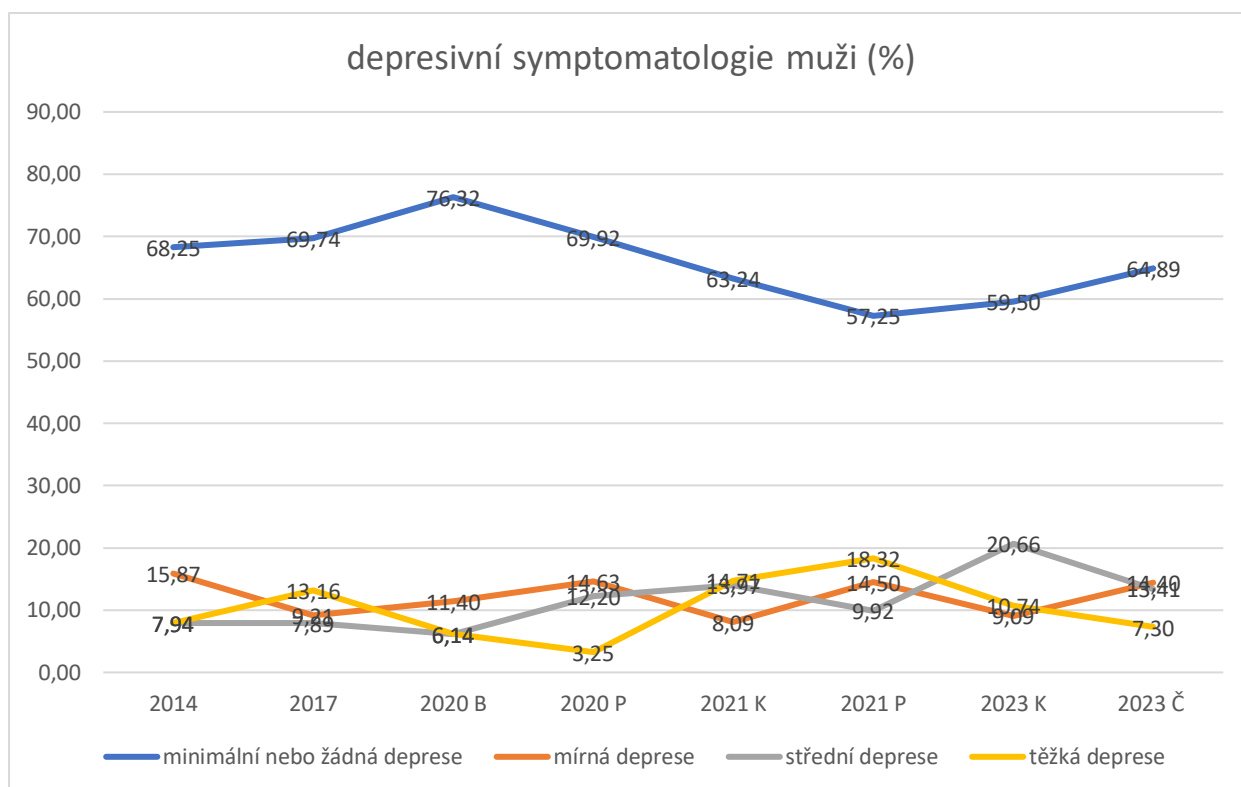


DEPRESIVNÍ SYMPTOMATOLOGIE MUŽI (%)

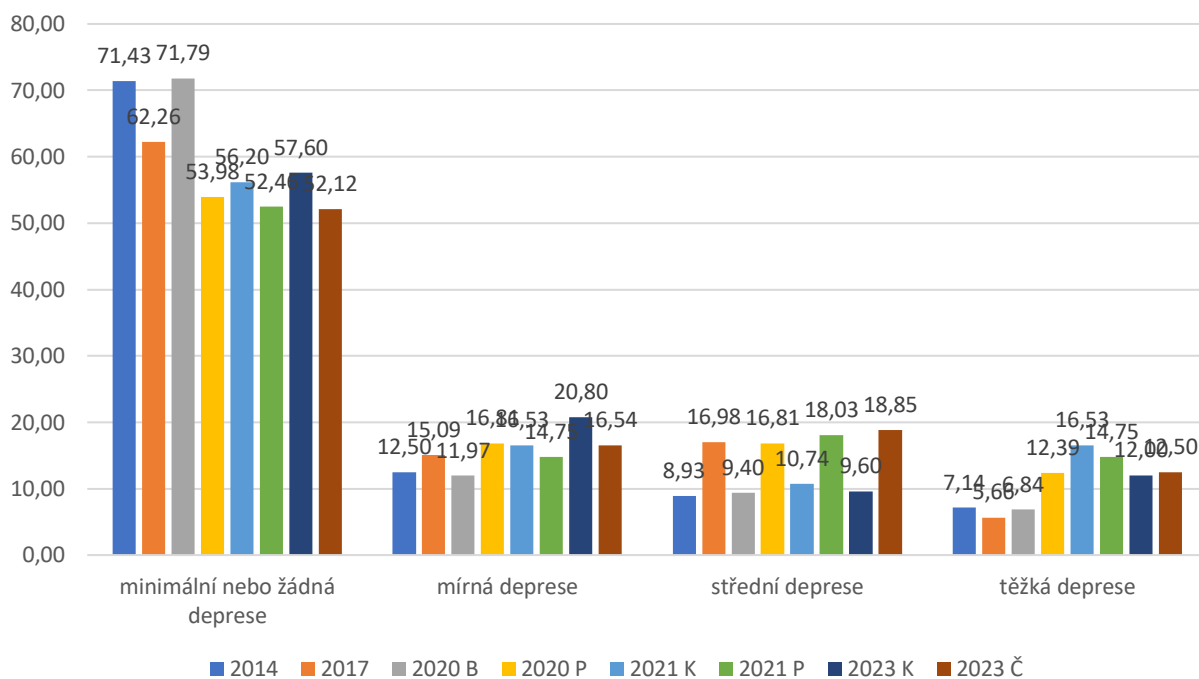


depressivní symptomatologie muži (%)

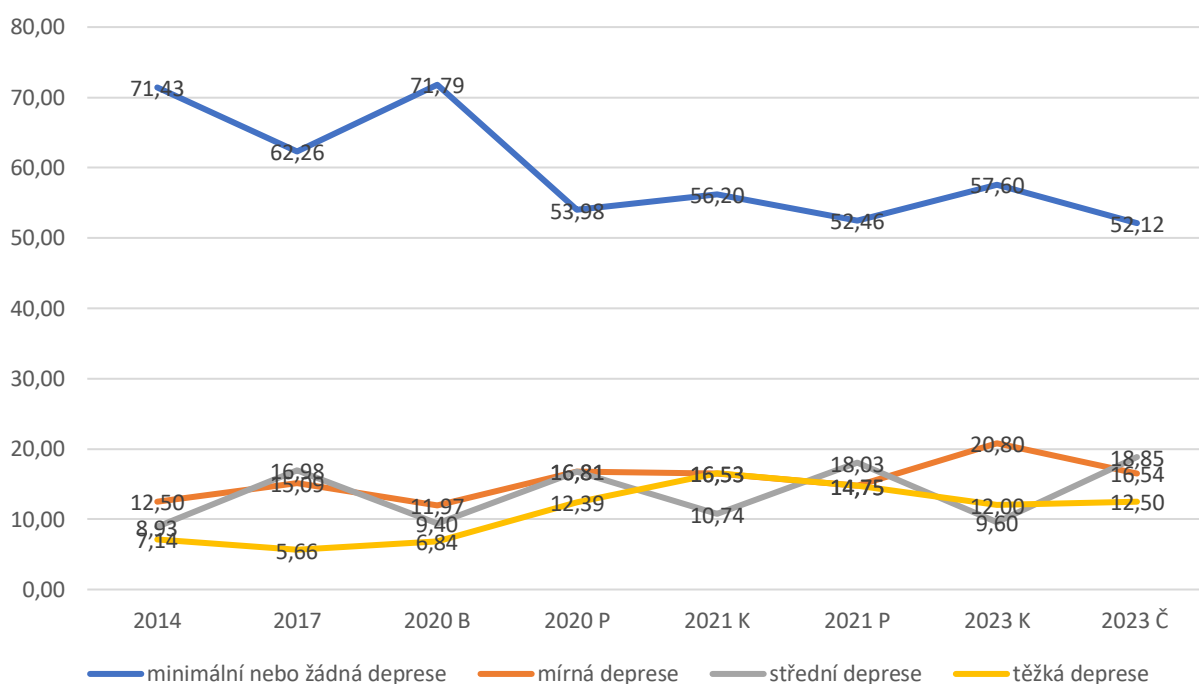




depresivní symptomatologie ženy (%)



depresivní symptomatologie ženy (%)



Tabulka 9 – vyhoření

Vyhoření celkové			
Rok	Celkem	Muži	Ženy
2014	42,25	41,17	43,46
2017	40,19	39,33	44,42
2020 B	41,76	40,07	43,40
2020 P	43,52	41,37	45,86
2023 K	45,15	44,88	45,41
2023 Č	48,85	47,3	51,25
Vyhoření fyzické			
Rok	Celkem	Muži	Ženy
2014	20,18	19,89	20,52
2017	19,58	18,51	22,42
2020 B	19,32	18,22	20,39
2020 P	20,36	19,07	21,78
2023 K	21,10	20,89	21,30
2023 Č	22,41	21,46	23,87
Vyhoření kognitivní			
Rok	Celkem	Muži	Ženy
2014	14,45	13,65	15,36
2017	13,28	13,11	14,36
2020 B	14,80	14,33	15,26
2020 P	15,84	15,11	16,65
2023 K	16,13	15,84	16,41
2023 Č	17,27	16,8	17,99
Vyhoření emoční			
Rok	Celkem	Muži	Ženy
2014	7,61	7,63	7,59
2017	7,34	7,71	7,64
2020 B	7,64	7,52	7,75
2020 P	7,31	7,20	7,43
2023 K	7,92	8,15	7,70
2023 Č	9,18	9,04	9,38

