

BAĞIMLILIK

Uzm. Dr.Aslı Enez Darçın
Kanuni Sultan Süleyman Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Ekim, 2014

Bağımlılık Nedir?

- Bir maddenin belirgin bir etkiyi elde etmek için alınması sürecinde ortaya çıkan
 - **bedensel, ruhsal ya da sosyal sorunlara rağmen madde alımının devam etmesi;**
 - **bırakma isteğine rağmen bırakılamaması,**
 - aynı etkiyi elde edebilmek için giderek alınan **madde miktarının artırılması ve**
 - **maddeyi alma isteğinin durdurulamaması** durumudur.

Bağımlılık Yapan Maddeler

- Alkol
- Amfetamin gibi uyarıcılar
- Kafein
- Esrar ve sentetik kannabinoidler
- Kokain
- Hallüsinojenler
- Uçucular
- Tütün ve ürünleri
- Opiyatlar
- Fensiklidin (veya benzerleri)
- Sedatif, Hipnotik ve Anksiyolitikler

Davranış Bağımlılıkları

- Kumar
- İnternet
- Akıllı telefon
- Seks
- Alışveriş
- Yeme
- Egzersiz
- Güneşlenme
- Deri koparma.....

Bağımlılık-Özellikler I

- Bağımlılık bir hastalıktır.
- Tedavi edilebilirdir.
- Kronik ve tekrarlayıcıdır.

Bağımlılık Hastalığı

Madde kullanıcısının beyinde yapısal ve nörokimyasal değişikliklere bağlı olarak **istemli** madde kullanma davranışının **zorlantılı** madde kullanımına dönüşmesi biçiminde sonuçlanan bir beyin hastalığıdır.



Bağımlılık tanısı-Madde bağımlılığı

1. Tolerans

2. Madde kesildiğinde ya da azaltıldığında fiziksel ya da psikolojik **yoksunluk** belirtilerinin ortaya çıkması
3. Maddenin tasarlandığından fazla miktarda ve sürede alınması
4. Madde kullanımını bırakmak ya da denetlemek için yineleyen çabalar
5. Maddeyi elde etmek için çok zaman harcama
6. Madde etkisi altında olduğu için günlük işlerini yerine getiremememe
7. Sosyal, bedensel ya da ruhsal bir sorunun varlığına karşın madde kullanımını sürdürme

Bağımlılık-Özellikler II

- **Fiziksel bağımlılık, maddenin varlığına karşın duyulan fizyolojik bir istektir. Beden maddeye karşı bir uyum geliştirir. Kesilmesi ile fiziksel yoksunluk belirtileri izlenir.**
- **Psikolojik bağımlılık, doyum ve haz alma amacıyla maddeye düşkünlüktür. Kesilme ile psikolojik yoksunluk belirtileri izlenir.**
- **Alkol**
- **Amfetamin gibi uyarıcılar**
- **Kafein**
- **Esrar ve sentetik kannabinoidler**
- **Kokain**
- **Hallüsinojenler**
- **Uçucular**
- **Tütün ve ürünleri**
- **Opiyatlar**
- **Fensiklidin (veya benzerleri)**
- **Sedatif, Hipnotik ve Anksiyolitikler**

Bağımlılık-Özellikler III

- **Ergenler ve genç yetişkinler risklidir.**
 - Ergenler ve genç yetişkinlerin maddeyi deneme ve maddeye bağımlı olma oranlarının yetişkinlere göre daha fazladır,
 - Yetişkinlerde saptanan bağımlılığın başlangıcı ergenliğe veya erken yetişkinliğe dayanır,
 - Madde kullanımına ne kadar erken başlanırsa bağımlılığın şiddeti de o kadar fazla olur.

Bağımlılığın Gelişimi

- Deneysel kullanım evresi
- Sosyal kullanım evresi
- Riskli kullanım evresi
- Bağımlılık evresi

- ➡ Belki kullanabilirim
- ➡ Korku ve merak
- ➡ Bir kereden bir şey olmaz
- ➡ Bir daha asla
- ➡ Ben bağımlı olmam
- ➡ İstersem bırakırım
- ➡ **Bıraktım bir daha başlamam**

Bağımlılık-Özellikler IV

- Çevre ve arkadaş değişikliği
- Değişken duygu durum
- Aile ilişkilerinde azalma, evde daha az bulunma
- Yalnız kalmayı tercih etme
- Sık sık banyoya gitme
- Aşırı para harcama
- Kendine bakımın azalması
- Okul veya iş başarısında düşme.

Bağımlılık-Özellikler V

- Uyku bozukluğu
- Dalgınlık, halsizlik, yorgunluk ve isteksizlik
- Beslenme bozukluğu ve kilo kaybı
- Gözlerde kanlanma, göz bebeklerinde daralma ya da genişleme
- Konuşma güçlüğü, peltek ya da mırıldanır gibi konuşma
- Sarhoşluk hali
- Ciltte leke, yara ve enjeksiyon izleri

Bağımlılık yapıcı maddeler-Alkol

- Birada %3-5, şarapta %12-15 oranlarında etanol bulunur.
- Alkolün etkisi, tipi, miktarı kadar kullanan kişinin etnik, metabolik özellikleri, yaş ve cinsiyeti etkilerinde değişkenliğe neden olabilir.
- **Akut alkol zehirlenmesi ya da sarhoşluk** denilen durumda genel olarak konuşma bozukluğu, uyumsuz davranışlardan kusma, uyuşukluk, uyuklama hali ve şuursuzluğa giden düzeyde farklı belirtiler izlenir. İleri düzeyde zehirlenme solunum bozuklukları ile ölüme neden olabilir.
- Erişkinlerde %30-45 oranında hayatlarında en az bir kez alkole bağlı işe, okula gidememe gibi bir sonuca neden olacak alkol kullanımı vardır.

Bağımlılık yapıcı maddeler-Alkol

- Alkol için belirtilen riskli içme ölçüsü;
- Erkeklerde haftada 14 birim ya da tek seferde 4 birimden fazla
- Kadınlarda haftada 7 birim ya da tek seferde 3 birimden fazla tüketilmesidir.
- Yoksunluğunda; terleme, titreme, huzursuzluk gibi fiziksel belirtiler izlenirken, **deliryum** denilen algı ve bellek bozuklukları ile yoksunluğa bağlı **nöbetler** yaşamsal olabilmektedir ve hızla tıbbi müdahale gerektirir.



Bağımlılık yapıcı maddeler-Esrar ve türevleri

- Dünyada en çok kötüye kullanılan maddedir.
- Duman ve suda demlendirme ile kullanılır.
- Yoksunluk belirtileri psikolojik ağırlıklıdır. Huzursuzluk, uykusuzluk, iştahsızlık sıktır.
- Kullanımında göz kızarıklığı görülür.
- Yüksek dozlar, iştah artışı –“hapır hupur yeme”-, ortostatik hipotansiyon denilen ani ayağa kalkmada tansiyon düşmesine bağlı göz kararması ve ağız kuruluğuna neden olabilir.
- Psikotik bozukluk



Bağımlılık yapıcı maddeler-Esrar ve türevleri

- **Bonzai ve Jamaika** adı verilen sentetik esrar türevleri son yıllarda esrar kullanımının yerini almış görülmektedir. Bu tür sentetik esrarın içeriğinin değiştirilebilir olması, içeriğine birden fazla bağımlılık potansiyelini artırıcı maddenin katılabilir olması kullanım sıklığını hızla artırmıştır.
- Yeşil, kına rengi, top top şeklinde otlar halinde, renkli ve göz alıcı ambalajları ile son 2 yıldır gençlerin internet üzerinden yurtdışından getirebildikleri bu maddeler, son dönemde izlemeye alınmıştır. Rutin idrar toksikoloji örneklerinde –negatif madde sonucunu vermesi kötüye kullanımının sıklaşmasındaki bir diğer nedendir. Mide üzerine ciddi etkileri olmakta, psikotik tabloya daha hızlı şekilde yol açabilmektedir.

Bağımlılık yapıcı maddeler-Kokain

- Merkezi sinir sistemi etkilerinden dolayı uyanıklık, neşe hali, oluşturur. Açlık hissi, uyku gereksiniminde azalma sağlar. Cinsel performansa da olumlu etkileri nedeni ile kötüye kullanılabilir.
- Saflığı değişkendir. En sık kullanım yolu “line” denilen düz bir zeminde ince bir sıra haline getirilerek ince bir boru ile burna çekilmesidir. Sigaraya sarılarak ya da eritilerek damardan kullanımı da mevcuttur.
- Kokainin serbest baz formuna “crack” ya da “taş” denir. Bir iki kullanım dahi ciddi arama davranışlarına yol açacak düzeyde bağımlılığa neden olabilir.



Bağımlılık yapıcı maddeler-Kokain

- Zehirlenme durumlarındaki bulgular ajitasyon, huzursuzluk, yargılama bozukluğu, saldırganlık, dürtüsellik, tehlikeli cinsel davranıştır. Kalp hızında artış, tansiyon yükselmesi gibi belirtiler de izlenebilir.
- En sık görülen yan etkinin burundan çekmeye bağlı burunda iltihaplanma, kanlanma artışı ile iki burun deliği arasındaki ince kemik duvarın beslenme gücüne bağlı erimesidir. Damar yolu ile kullanımı ciddi damar bozuklukları, enfeksiyonları ve pıhtı birikimi, bu pıhtıdan kopma ve beyin ya da akciğer damarlarını tıkamaya bağlı ani ölümlere neden olabilir.

Bağımlılık yapıcı maddeler-LSD

- Gerçeklik duygusunun kaybı, algı bozuklukları, kendi bedeninin değiştiği, çevrenin değiştiği gibi yanılsamaların olduğu yaşantılara yol açar ki kişilerde çoğunlukla korku yaratan deneyimlerdir.
- Pek çoğu ağızdan alınsa da koklananları, sigaraya sarılanları mevcuttur.
- Kullanım Avrupa ülkelerinde siktir.
- Titreme, kalp hızında artma, tansiyon yüksekliği, göz bebeklerinde büyüme, görme bulanıklığı ve terleme gibi fiziksel etkileri vardır.



Bağımlılık yapıcı maddeler-Uçucular

- Çözücüler, yapıştırıcılar, uhular, boya inceltici tinerler ve sıvı yakıtların –çakmak gazı- genel adı uçuculardır. Benzin, aseton, daksil, ayakkabı boyası, bali de sık koklanan uçuculardır.
- Ucuz olmaları elde edilirlüklerini artırmaktadır.
- Gençlerde ve yoksul kişilerde kullanımı sıktır. Kişiler boru, teneke kutu, torba, uçucuya batırılmış bez parçası koklayarak kullanırlar.
- Bu maddeler burun yolu ile koklandıklarında hızla akciğerlerden emilir ve kana karışarak beyne ulaşır. Cinsi ve dozuna göre etkileri 5 dk içerisinde ortaya çıkar, birkaç saat sürebilir. Alkolle kullanımı etkiyi artırmaktadır.

Bağımlılık yapıcı maddeler-Uçucular

- Yüksek dozlarda korkusuzluk, illüzyonlar, görsel ve işitsel algı kusurlarına yol açarlar.
- Konuşma güçlüğü, konuşma hızında yavaşlama, dengesiz yürüme
- Solunumda ani durma ya da kalpte ritm bozuklukları ile ani ölüm, geri dönüşümsüz karaciğer ve böbrek hasarına neden olabilirler. Kas yıkımı ile kas yıkılması hareket bozukluğu ve kaybına yol açabilir. Hızlı demans gelişimine neden olur.
- Kullanımında bir diğer risk yanmadır. Genellikle üzerine damlayan sıvı yakıt ya da çözücünün yakılan sigara ile tutuşması ve yangına yol açması, kendini yakma sıktır.



Bağımlılık yapıcı maddeler-Nikotin

- Dünya Sağlık Örgütü dünyada 1 milyardan fazla nikotin içicisi olduğunu, yılda 3 milyondan fazla kişinin sigaraya kullanımına bağlı öldüğünü göstermektedir.
- Sigara, pipo, puro , enfiye ya da çiğneme şeklinde kullanılır.
- Eğitim düzeyi arttıkça içicilik oranları düşmektedir.
- İçeriğinde yabancı ve yüksek düzeyde toksik maddeler ile ağız, dil, gırtlak, yemek borusu, mide, ince ve bağırsak, pankreas, böbrek, idrar yolları, akciğer, karaciğer, cilt, prostat, yumurtalık, rahim ağzı kanserlerinin sıklığını artırır.
- Pasif içicilik



Bağımlılık yapıcı maddeler-Eroin ve türevleri

- Bağımlılık potansiyeli oldukça yüksek olan bu madde tek kullanımda dahi bağımlılığa neden olabilmektedir.
- Ağızdan, burundan ya da damar yolu ile kullanımı olabilir. Damar yolu ile kullanımı kan yolu ile geçen hastalıklar için risk oluştururken, ciddi alerjik reaksiyonlara, damar yolu ile enfektif hastalıklara, buna bağlı kalp ve eklerine ilişkin enfeksiyonlara yol açabilmektedir.



Bağımlılık yapıcı maddeler-Eroin ve türevleri

- Zehirlenmesi durumunda izlenenler duygudurum değişiklikleri, hareketlerde ve reflekslerde ağırlaşma, sersemlik, lafı ağzında gevelercesine konuşma, dikkat ve bellekte bozulma gibi belirtilerdir. Aşırı dozlarında iğne başı göz bebekleri ve solunum depresyonu, koma hali ile ölüm izlenebilir.
- Yoksunluğu oldukça ağırdır. Ağır kas krampları, kemik ağrıları, yoğun ishal hali, karın ağrısı, göz yaşında ve burun akıntısında artış, kaz derisi görünümü, esneme, ateş, vücutta ısı değişiklikleri, kalp hızında artış gibi ciddi belirtiler izlenebilir. Ayrıca yoksunlukta deliryum denilen algı, bellek gibi bilişsel bozuklukların birlikte olduğu ciddi tablolar da görülebilir.

Bağımlılıkta Tedavi

- Tedavi edilebilir bir hastalıktır.
- Birincil Koruma,
- İkincil koruma
- Üçüncül koruma.

Bağımlılıktan Korunma

- **Birincil Koruyucu Yaklaşım**

Yaşamı boyunca hiç madde ile karşılaşmamış kişilerin bu maddeleri kullanmaya başlamasını engellemek amacı ile yapılan çalışmalardır.

- *Bilgilendirme toplantıları, konferanslar, seminerler*

Bağımlılıktan Korunma

- **İkincil Koruyucu Yaklaşım**

Madde kullanmaya başlamış ancak bağımlı hale gelmemiş kişilerin bağımlı hale gelmesini önlemek amacı ile yapılan çalışmalardır.

- *Kişinin kendi durumunu değerlendirmesini, kendisine yardımcı olunabileceğini kavramasını sağlamak, sağlık kurumlarına baş vurabileceğini öğretmek vs.*

Bağımlılıktan Korunma

- **Üçüncül Koruyucu Yaklaşım**

Belirli bir süre madde kullanarak madde bağımlısı haline gelmiş kişilerin tedavisinin sağlanarak geriye dönüşü olmayan sosyal ve tıbbi kayıplardan korumak, ölümü engellemek için yapılan çalışmalardır.

- *Ayaktan ya da yatarak tedavi ve rehabilitasyon.*

Bağımlılıkta tedavi

- **Bağımlılığın bir hastalık olarak kabul edilmesi ve tedavi edilebilir bir durum** olduğu bilinmelidir.
- Madde bağımlılığının tedavisi oldukça güç ve zahmetli bir iştir.
- Bağımlılık tedavisindeki başarı kişiye, çevreye, yöntemine ve iyileşme ölçütlerine göre değişkenlik gösterir.

Teşekkürler...

