

**MART**'25

PEMA KOLEJİ 2024-2025 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI REHBERLİK BÜLTENİ



# BÜLTEN

## ERGENLERDE MADDE BAĞIMLILIĞI

*Biri takip edin* ↘  
◻◻◻◻ pemakoleji

Bağımlılık, herhangi bir maddenin tedavi amacı olmaksızın ve fizyolojik bir ihtiyaca cevap vermeden giderek artan miktarlarda kullanılmasıdır. Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için büyük zaman harcaması; madde kullanım nedeni ile sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin azalması veya bırakılması; madde kesildiğinde veya azaltıldığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması; fiziksel veya ruhsal problemlere rağmen madde kullanımını sürdürmek **madde bağımlılığının** temel öğeleri arasında yer alır.

## MADDE BAĞIMLILIĞI EVRELERİ

Madde bağımlılığının bazı evreleri vardır. Bu evreler her madde bağımlısında aynı olmamakla beraber, madde kullananları anlama ve müdahalelerin doğru ve yerinde yapılması açısından oldukça önemlidir. Bağımlılık riski taşıyan kişilerde çeşitli ruhsal evrelerin yanında biyolojik bir takım evreler de bulunur: İlk evre, kişinin kullanabileceği herhangi bir maddeden korkmadığı ve bu maddeyi kullanabileceğinin düşüncesinin geliştiği dönemdir. Daha sonra çeşitli nedenlerle madde denir. Bundan sonra yaşanan duygusal dalgalanmanın tekrarına yönelik istek, çekilen ruhsal acıların dindirilmesi gibi çeşitli sebeplerle madde tekrar denir. Bu evrelerde kişilerde, **kullanılan maddeyi kontrol edebileceği** düşüncesi sıklıkla görülür.

Bu aşamadan sonra ise madde artık çok sık kullanılmakta ve kişinin hayatına olumsuzluklar getirmeye başlamaktadır. Bireyin hayatıyla ilgili olumsuzluklar daha ciddi düzeylere geldiğinde ise maddeyi bırakma girişimleri başlar. Birey, maddeyi bir süre bırakabilse de sonrasında maddeye tekrar başlama ile bir kısır döngü içerisine girilmiş olur.

Bağımlılık potansiyeli değişik düzeylerde olan birçok madde bulunmaktadır. Bu maddelerin bir kısmı yasal, bir kısmı ise yasadışıdır. Alkol, tütün, esrar, extasy, kokain, eroin, morfin, LSD, ketamin, fensiklidin, uçucu maddeler bağımlık yapabilen belli başlı maddelerdir.

## MADDE BAĞIMLILIĞININ TÜRLERİ

Sigara, alkol, kafein, esrar/kenevir, halüsinojen etki gösteren maddeler, opioid tarzda maddeler (morfin), solunarak kullanılan maddeler, sedatif, hipnotik, kaygı giderici etkisi bulunan maddeler, uyarıcı maddeler (kokain, amfetamin) olmak üzere madde bağımlılığının pek çok türü vardır. Günümüzde, özellikle ergenler/gençler arasında madde kötüye kullanımının arttığı ve 13 yaşa kadar düştüğü bilinmektedir.

## ERGENLİK DÖNEMİNDE MADDE KÖTÜYE KULLANIMININ NEDENLERİ

Ergenlik döneminde madde kötüye kullanımını tetikleyen pek çok çevresel etmen bulunmaktadır. Bulunulan arkadaş ortamında sigara, alkol, madde kullanımının olması, ergeni maddeye erişim konusunda hazır hale getirmektedir. Bu gibi maddelerin gençler arasında popüler olması ve arkadaş ortamında bir tür statü haline gelmesi ile madde kullanımı pekişmektedir.

Gençler; daha özgüvenli ve iyi hissetmek, yeni heyecanlar aramak için madde kullanma eğilimindedir. Ergenlik döneminde ve sonrasında 20'li yaşlara kadar gelişimi devam eden **Prefrontal korteks**, insanlarda **karar alma mekanizmasını** şekillendiren beyin bölgesidir. Risk alma davranışı ile ilişkili olan karar verme becerisi, ergenlik döneminde gelişimini sürdüren bu beyin bölgesi ile doğrudan bağlantılıdır. Ergenler, kaygıyı azaltmada ve daha cesaretli olma

konusunda maddenin iyi geldiğini düşünürler. Madde kullanımı ardından hissedilen bu **geçici** iyilik hali, maddenin vücut üzerindeki etkisinin sonlanmasıyla beraber **yeniden** madde arayışını getirir. Artık iyi hissedebilmek için maddeye ihtiyacı duyduğunu düşünen genç bir kısır döngüye girer ve her seferinde gerekli olan doz, bir öncekinden daha fazladır.

Öte yandan düşük sosyoekonomik düzeyden gelen, dezavantajlı grupların maddeye erişimi çok daha kolay olmaktadır. Okul ya da yaşanan muhit çevresinde madde satışının olması çocuklar açısından bir başka tehdit unsuru oluşturmaktadır.

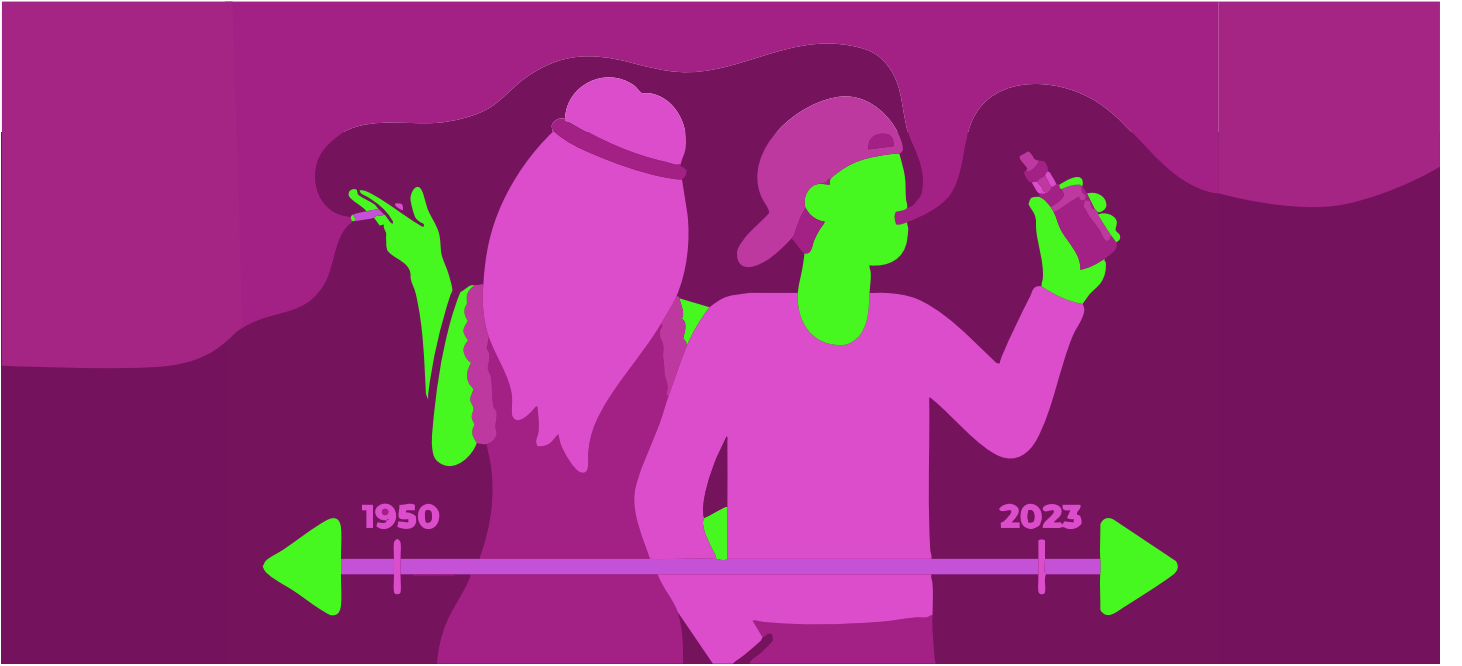
Aile içinde madde kullanımı ise bir diğer risk faktörüdür. Anne ya da babanın madde kullanımının olması, aile içi fiziksel şiddet, çocukların ihmal ve/veya istismarı madde kullanımına yönlendiren unsurlar arasında yer alır.

# ÇOCUĞUN MADDE KULLANIMINA İLİŞKİN GÖZLENEN BELİRTİLER

Ailelerin sadece çocuğunu kontrol etmesi ya da ona sınırlar koyması tek başına işlevsel değildir. Pek çok durumda çocuğun duygusal ve davranışsal belirtilerine de duyarlı olmak gerekir. Hem aile içinde ebeveynlerin hem okul ortamında öğretmenlerin madde kullanımına ilişkin belirtilere karşı uyanık olması pek çok sorunu büyümeden tespit edebilme konusunda yardımcı olacaktır.

Madde kullanımına ilişkin, insanların zihninde yer alan film kareleri, bu belirtileri tespit edebilmek için yeterli olmayabilir. Her çocuğun kolunda, madde

kullanımının kanıtı olarak iğne izi yer almayabilir. Çok çeşitli türde madde kullanımı söz konusudur: Solunum, enjeksiyon yolu ya da hap şeklinde kullanılan maddeler gibi. Bu sebeple farklı belirtilere duyarlı olmak oldukça kritiktir: Ani şekilde artan para harcaması, parayla ne yaptığını söylememek, tende belirgin şekilde koku değişimi, arkadaş ortamının farklılaşması, akademik olarak düşüşe geçmek, belirgin şekilde gözlenen davranışsal ve duygusal değişim, aile içi çatışma yaşamak gibi.



## ERGENLERDE MADDE KULLANIMINA İLİŞKİN SORUNLAR

Okulda gözlenen sorunlar başta olmak üzere, madde kötüye kullanımında ergenin yaşam alanında pek çok konuda işlev kaybı gözlenir. Dikkat ve bellek sorunları, riskli cinsel davranış, ilgi/istek kaybı, madde arayışına yönelik risk alma davranışı, enfeksiyon kapma, intihar riski ve aşırı doz nedeniyle görülen ölümler bu sorunların en başında yer almaktadır.

## MADDE BAĞIMLILIĞI İLE İLGİLİ TEDAVİ SÜRECİ

Madde bağımlılığının tedavisi, çok bileşenli bir süreçtir. Tedavideki müdahale yalnızca hastane ve psikoterapi desteği ile sınırlı değildir; aile desteği ve gencin çevresinin büyük ölçüde değişimini de içerir.

Davranışçı müdahaleler (grup terapisi, Bilişsel Davranışçı Terapi), aile temelli müdahaleler, medikal tedavi, sağaltıma yönelik destek grupları en sık

kullanılan yaklaşımlar arasında yer alır. Yatış gerektiren durumlarda gerekli psikoterapi ve medikal tedavinin eşzamanlı kullanımı işlevselliği attırmaktadır. Rehabilitasyon sürecinde özdenetimi sağlayacak, baş etme becerilerini güçlendirecek ve relapsı önleyecek (tekrar madde kullanımı) yönde müdahaleler tedavinin en önemli amacını oluşturmaktadır.