

15. PSIKOFARMAKOLOJİ KONGRESİ'NE KATILDIK

22-25 Nisan tarihlerinde Antalya'da düzenlenen ve Türkiye Yeşilay Cemiyeti Genel Başkanı Prof. Dr. Mücahit ÖZTÜRK'ün eş başkanlığını yürüttüğü 15. Psikofarmakoloji ve Çocuk Ergen Psikofarmakoloji Kongresi'ne katıldık. Psikoloji alanında güncel gelişmelerin paylaşıldığı kongrede, tüm psikiyatristlerin ve diğer ruh sağlığı alanlarında görev yapan uzmanların karşılaştığı zorluklar ele alınmış, bu zorluklara çözüm önerileri sunulmuştur. Başkanlığını Türkiye Yeşilay Cemiyeti Genel Başkanı Prof. Dr. Mücahit ÖZTÜRK'ün yürüttüğü oturumda bağımlılık alanında biyolojik, psikolojik ve sosyal modelin önemi, Yeşilay Danışmanlık Merkezi araştırmaları ışığında değerlendirilmiştir. Oturum Yeşilay Danışmanlık Merkezi Danışmanı Prof. Dr. Kültegin ÖGEL'den "Biyolojik Pencereden Bağımlılığı Gömek", Yeşilay Danışmanlık Merkezi Danışmanı Uzm. Psk. Melike Şimşek'ten "Psikolojik Yaklaşımın İçeriği ve Yol Haritası", Uzm. Psk. Dilara Demircan'ın "Aile İçin Ne Gerekli?" ve Yeşilay Danışmanlık Merkezi Müdürü Fırat İşler'in "Bağımlılıkta Sosyal Destek" başlıklı sunumlarıyla devam etmiştir. Kongrede "Madde Kullanım Bozukluğu Olan Bireylerin Aile Bireylerinde Ruh Sağlığı Sorunları ve Aile İlişkileri", "Madde Kullanım Bozukluğu Olan Bireylerin Aile Üyelerinde Eş Bağımlılık ve Aile İlişkileri", "Kumar Oynama Bozukluğu Olan Bireylerin Aile Bireylerinde Ruh Sağlığı Sorunları ve Aile İlişkileri" ve "Geçmiş Alkol Kullanım Bozukluğu Sonrası Pregabalinin Kötüye Kullanımı: Bir Olgu Sunumu" başlıklı poster çalışmaları sunulmuştur.



Mayıs 2024 VERİLERİ

	Tütün	Alkol/Madde	Kumar/İnternet
Danışma Hattı'na gelen çağrı sayısı	218	521	639
İlk defa başvuran danışan sayısı	135	226	376
Takip edilen danışan sayısı	323	1302	1557

Mayıs ayında **115** YEDAM Danışma Hattı'mıza gelen **16.322** çağrı, uzmanlarımız tarafından yanıtlandı. Danışma Hattı kurulduğu günden bu yana toplamda **1.149.664** çağrı sayısına ulaşmıştır. Sabah **08.30** ile gece **00.00** arasında hizmet veren danışma hattımız bağımlı kişilere, ailelerine ve bağımlılık hakkında bilgi sahibi olmak isteyen herkese açıktır.





81 il ve **KKTC**'de toplam **107** Yeşilay Danışmanlık Merkezimiz ile mücadelemizi sürdürmeye devam ediyoruz.



BAĞIMLILIKTA DAMGALANMA VE ETİKETLENMEDE MÜDAHALE YÖNTEMLER

Bağımlılık bir beyin hastalığıdır. Bu hastalıkta bireyler alkol, madde ya da davranışsal (kumar, teknoloji) bir duruma bağımlılık geliştirebilirler. Bağımlılık geliştikten sonra kişi bağımlı olduğu madde karşısında kontrolünü kaybetmektedir. Bağımlı olan kişi zamanının büyük bölümünü madde aramak ve kullanmakla geçirir, maddi ve manevi kayıplarına rağmen madde kullanımını sürdürür.

Sözlük anlamına baktığımızda damgalanma; leke, iz, utanç verici şey anlamına gelmektedir. Yaygın kullanımda damgalanma, bir kişinin diğerlerinden ayrılacak şekilde gözden düşürülmesi, diğer insanlardan aşağı görülmesi, genel anlamda kötülenmesi olarak tanımlanmaktadır. Damgalamanın yıkıcı sonucu olarak bireyler toplumda dışlanma yaşar ve saygınlığını kaybeder. Ruhsal hastalıklara (depresyon, şizofreni vb.) sahip bireyler arasında en sık damgalananlar bağımlı bireylerdir.

Damgalamanın başlangıcı, bazen görülen ya da algılanan bir davranış ya da durum olabilir. Bazen de sadece ruhsal hastalık etiketi damgalamaya neden olabilir. Etiketleme olduğunda, etiketlenen kişinin kişi kimliği ve özellikleriyle sosyal ve toplumsal anlamda çeşitli sorunlar yaşamaya başlayabilir. Damgalama, ayrımcılık ve sosyal olarak etiketlenme ile başlayan bu sürecin sonucudur. Bir kişinin psikiyatrik açıdan hasta olarak tanımlandıktan sonra toplumda o kişiyle iletişimi kesme, reddetme ve dışlama eğilimleri fazlaca görülür. Bu kişilerin arkadaşlık ilişkileri, iş bulmaları ya da iş yaşamları, komşuluk ilişkileri ve okul yaşamları bu etiket nedeniyle olumsuz yönde etkilenmektedir. Tüm bu dışlayıcı tutumlar, damgalanmaya maruz kalan bireylerin daha az sosyal destek almalarına neden olur ki bu durum tedavi için de önemli bir olumsuzluktur.

Alkol ve diğer madde bağımlılıkları etiketleme bağımlı birey ve ailesi tarafından damgalanma kaygısıyla gizlenme eğilimi taşıyan bir davranıştır. Etiketlemenin en kötü formunda, bu durumun bir hastalık olduğu tamamıyla reddedilir.

Daha da ötesi, kendi isteğiyle yapılan bir hata olduğu, ahlaki bir yetersizlikten, kişilik zayıflığından, zayıf iradedden kaynaklandığı düşünülmektedir. Yargılar bu şekilde olumsuz olunca, bağımlılığı bireyin hastalığını kabullenmesi ve tedaviye uyum sağlaması güçleşmekte, toplum içinde uyumlu yaşamasında zorluklar ortaya çıkmaktadır. Yalnızca hastalar değil hasta yakınları da bu yargılardan payını almakta ve bağımlılık uzun süre boyunca inkâr edilmekte, saklanmakta ya da göz ardı edilmektedir. Etiketleme zaman zaman tedavi amaçlı yaklaşımları bile engellemekte, damgalanmaya maruz kalan birey ve ailesinin toplum içinde zarar görmesine neden olabilmektedir.



Müdahale Yöntemleri

► Tedavi merkezlerini önemsemek ve kişileri tedaviye yönlendirmek, süreci pozitif etkileyecektir. Bunun yanı sıra bağımlılık iyileşme, zaman, sabır ve destek gerektirir. Kişilerin hayatlarını geri kazanmasına destek olmaktan asla vazgeçilmemelidir. Alkol ve madde kullanım bozukluğu döngüsünü kırmak sağlıklı bir toplum için çok önemlidir. Alkol-madde riskli kullanımını, kullanım bozukluğu haline gelmeden önce ve erken evrelerinde tedavi etmek daha kolay ve daha az maliyetlidir.

► Birincil dil kullanmak. Birinci dil, tüm bireylerin değerine ve itibarına saygı duyan bir dildir. Bu uygulama, bireyin durumunun, hastalığının veya davranışının “kişinin yalnızca bir yönü olduğunun, onu tanımlayıcı özelliği olmadığı” altını çizmeye yardımcı olur.

► Ben dili kullanmak. Ben dili; karşımızda bulunan kişileri suçlamalardan kaçınarak, kendimize ait duygu ve düşüncelerimizi, bize tam olarak ne

hissettiğini açıklayıcı ve dikkatli şekilde aktarma yöntemi olarak açıklanabilmektedir. Ben dili, iletişimin kalitesini artırmaya ve empatik bir yaklaşımın temelini oluşturmaya yardımcı olur.

► Bağımlılığın irade meselesi olmadığı, bir beyin hastalığı olduğunu bilmek ve bir suçtan ziyade bir sağlık sorunu olarak görmek önerilmektedir.

► Kişinin tek özelliğinin bağımlılık olmadığını göstermek, kişiyi birçok çok yönü olan birey olarak görmek gerekmektedir.

Damgalanmaya maruz kalan bağımlı bireylere toplum tarafından “alkolik, keş, kumarbaz vb.” çeşitli damgalayıcı söylemler yüklenmektedir. Bu söylemler bireyin tedaviye olan uyum ve motivasyonunu düşürmekte ailenin de bu durumdan olumsuz etkilenmesine sebep olmaktadır. Bu söylemlerden kaçınılması gerekmektedir.

KAYNAKÇA

Taşkın EO. Ruhsal hastalıklarda damgalama ve ayrımcılık. Stigma Ruhsal Hastalıklara Yönelik Tutumlar ve Damgalama. 1. Baskı, Taşkın EO (ed), İzmir, Meta Basım Matbaacılık 2007: 17-30.

Yılmaz M, Cüceler S. Alkol Bağımlılığı ve Damgalanma. Bağımlılık Dergisi 2019; 20(3):167-174.

Çam O, Dağlı DA. Alkol Bağımlılarında İçselleştirilmiş Damgalama, Suçluluk ve Utanç Duyguları. Bağımlılık Dergisi 2017; 18(4):145-15.

K Ömer, Gümüşsoy AS, Tanır MF, Başkan AH. Pediatri Hekimlerinin Bağımlı Hastaları Damgalama

Düzeylerine Bağımlılık Eğitiminin Etkisi. Acta Medica Nicomedia 2023.

Arkan Z, Genç Y, Etik Ç, Aslan S, Parlak İ. Alkol Bağımlılıklarında Hastalar ve Yakınlarında Etiketleme.

Bağımlılık Dergisi 2004; 5: 52-56.

