

81 il ve KKTC'de toplam **105** Yeşilay
Danışmanlık Merkezimiz ile mücadelemizi
sürdürmeye devam ediyoruz.



KENDİNİ YENİLMEZ HİSSETMEK: METAMFETAMİNİN ALDATICI ETKİSİ

Sokakta farklı isimlerle anılan metamfetamin, merkezi sinir sistemini doğrudan etkileyen, yüksek bağımlılık potansiyeline sahip güçlü bir uyarıcı maddedir. Kullanımın ardından beyinde doğal düzeylerin çok üzerinde dopamin salınımına neden olur. Bu ani ve yapay kimyasal dalga, kişide geçici bir coşku, sahte bir özgüven ve gerçeklikle bağdaşmayan bir "yenilmezlik" algısı yaratır. Ancak bu aldatıcı güç hissinin arkasında hem zihinsel hem de bedensel düzeyde hızla ilerleyen sinsi bir tahribat süreci gizlidir. Madde etkisini yitirdikçe ortaya çıkan tablo, ilk anki öforinin tam tersi yönde ağır bir bedeldir.

Zihinsel Etkiler ve Kontrol Kaybı

Metamfetamin, beynin doğal ödül mekanizmasını yapay yollarla ele geçirir ve zamanla bu sistemi işlevsiz hale getirir. Kişinin gündelik yaşamda doğal yollarla elde edebileceği haz kaynakları –başarı, sosyal ilişkiler, beslenme, sevdiği bir uğraş– giderek anlamını ve çekiciliğini yitirir. Beyin artık yalnızca maddenin sağladığı yapay uyarana tepki vermeye başlar. Etkinin azalmasıyla birlikte ortaya çıkan tablo, oldukça ağır bir zihinsel çöküş sürecidir:

•**Psikoz ve Paranoya:** Kullanıcıların önemli bir kısmında gerçek dışı korkular, sanrılar, olmayan sesleri duyma ve çevresindeki insanlara karşı temelsiz bir güvensizlik ve şüphe hâli gelişebilir. Bu belirtiler, uzun süreli kullanımda kalıcı bir hal alabilir.

•**Bilişsel Becerilerin Kaybı:** Hafıza, dikkat, odaklanma ve karar verme süreçlerinden sorumlu beyin bölgeleri zamanla hasar görür. Kullanıcı, kendi davranışları ve dürtüleri üzerindeki kontrolünü kademeli olarak kaybeder.

•**Duygudurum Dalgalanmaları:** Kullanım sırasında hissedilen yapay güç ve coşku duygusunun yerini, kullanım aralarında şiddetli öfke patlamaları, huzursuzluk ve derin depresyon nöbetleri alır. Bu dalgalanmalar kişinin sosyal ilişkilerini ve iş/okul hayatını ciddi biçimde zedeler.

Fizyolojik Hasar ve Ergenlik Dönemi Riskleri

Zihinsel süreçlerdeki bu karmaşıklaşmayla eş zamanlı olarak beden de biyolojik kapasitesinin çok üzerinde bir yüke maruz kalır. Şiddetli nabız ve tansiyon yükselmeleri, genç yaşta dahi kalp krizi ve felç riskini önemli ölçüde artırır. Ayrıca sinir uçlarında meydana gelen tahribat, ilerleyen dönemlerde parkinson hastalığına benzer motor beceri kayıplarına ve titremelere yol açabilir. Diş ve cilt sağlığında görülen belirgin bozulmalar da bu fizyolojik tahribatın dışa yansıyan işaretlerinden yalnızca birkaçıdır.

Bu tablo, özellikle ergenlik dönemindeki bireyler için çok daha kritik bir boyut taşımaktadır. Ergen beyinde dürtü kontrolü ve risk değerlendirmesinden sorumlu ön korteks bölgesi henüz gelişimini tamamlamamıştır. Bu nedenle bu yaş grubunda metamfetamine maruz kalmak, beynin doğal gelişim çizgisini bozarak bağımlılık döngüsünün çok daha hızlı, çok daha derin ve çok daha kalıcı bir şekilde yerleşmesine neden olur.

Sonuç: Yanılsamayı Fark Etmek

Metamfetaminin sunduğu güç ve haz hissi, gerçek bir kazanım değil, beynin biyokimyasal olarak kandırılmasının sonucudur. Metamfetamin bağımlılığıyla mücadelede atılabilecek en temel adım, maddenin yarattığı geçici etkilerin birer yanılsama olduğunun farkına varmak, risk faktörlerini erken dönemde tanımak ve vakit kaybetmeden uzman desteğine başvurmaktır. Hem bireyler hem de aileler için erken farkındalık, bu döngüyü kırmamanın en güçlü aracıdır.

Emel YÖRÜK BOZKAYA
Sosyal Hizmet Uzmanı

KAYNAKÇA

National Institute on Drug Abuse. (2020). Research report: Methamphetamine. U.S. Department of Health and Human Services, National Institutes of Health.

Volkow, N. D., Chang, L., Wang, G. J., Fowler, J. S., Franceschi, D., Sedler, M., ... & Hitzemann, R. (2001). Loss of dopamine transporters in methamphetamine abusers in recovery is associated with motor and cognitive impairment. *American Journal of Psychiatry*, 158(3), 377–386.

Evren, C., & Evren, B. (2020). Metamfetamin kullanım bozukluğu ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(Ek 1), 45–62.

Casey, B. J., Jones, R. M., & Hare, T. A. (2008). The adolescent brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1124(1), 111–126.

T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2021). Uyuşturucu maddeler ve sağlık üzerindeki etkileri rehberi. T.C. Sağlık Bakanlığı Yayınları.