



Bağımlı Bireylerin Yaşadıkları Ruhsal Sorunlar ve Önlemeye Yönelik Uygulamalar

Mental Problems Experienced by Addicted Individuals and Practices for Prevention

Merve Bat TONKUŞ¹, Ayten ELVEREN¹, Şevval TOKMAK¹

MBT: 0000-0002-1046-6862 AE: 0000-0001-7646-5822 ŞT: 0000-0002-3657-2321

¹İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü, İstanbul-Türkiye

Öz

Bağımlılık, alkol ya da diğer maddelerin kullanımına bağlı psikososyal, biyokimyasal faktörlerin etkilediği bir durumdur. Gün geçtikçe yaygınlaşan bağımlılık; bireylerde duygudurum, anksiyete, kişilik bozuklukları gibi birçok ruhsal sorunlara yol açabilmektedir. Bağımlılıkla mücadelenin etkili sonuçlar verebilmesi için bağımlı bireyler, aile ve toplumu bütünüyle ele alan stratejiler geliştirilmelidir.

Anahtar kelimeler: Bağımlı bireyler, Bağımlılık, Önleme, Ruhsal sorunlar

Abstract

Addiction is a condition that is affected by psychosocial and biochemical factors related to the use of alcohol or other substances. Addiction is getting higher day by day and it can cause many mental problems such as mood, anxiety and personality disorders in individuals. In order for the fight against addiction to yield effective results, strategies that address addicted individuals, family and society as a whole should be developed.

Keywords: Addicted individuals, Addiction, Mental problems, Prevention.

GİRİŞ

Bağımlılık, alkol ya da diğer maddelerin kullanımına bağlı psikososyal, biyokimyasal faktörlerin etkilediği bir durum olup, madde bağımlılığının yanısıra alanyazında kumar, internet, alışveriş ve egzersiz bağımlılığı gibi davranış aktiviteleri tanımlarken de kullanılmaktadır (American Psychiatric Association: Desk Reference to the Diagnostic Criteria From DSM-5, 2013; Sanal Özcan et al., 2020; Savasan et al., 2013). Çeşitli nedenlere bağlı ortaya çıkan bağımlılık davranışında risk; ergenlik dönemi, aile içi yaşanan sorunlar ya da aile üyelerinde madde kullanım öyküsü bulunan birinin varlığı, ihmal ve istismar öyküsü ve benzodiazepin kullanımı gibi değişkenler ile artırmaktadır (4-7).

Bağımlılık, bireylerde anksiyete bozuklukları, psikotik

bozukluklar, nörobilişsel bozukluklar, duygudurum bozuklukları, cinsel işlev bozuklukları, hiperaktivite bozuklukları ve kişilik bozuklukları, öz kırım riski, şiddet eğilimi, aşırı yeme, sosyal izolasyon gibi ruhsal sorunlar görülebilmektedir (8-12). Tüm bu mevcut ya da olası ruhsal sorunlar nedeniyle bağımlılık yalnızca bireysel değil, aynı zamanda sosyal bir sorundur. Bu nedenle Dünyada birçok ülke bağımlılığı önlemeye yönelik stratejiler geliştirmekte ve müdahaleler gerçekleştirilmektedir (13). Bağımlılığı ve bağımlılık nedeniyle ortaya çıkabilecek ruhsal sorunların önlenmesi ya da mevcut sorunların tedavi edilmesi amacıyla birçok ülkede riskli grupların ele alındığı, birey, aile, toplum temelli programlar düzenlenmektedir (14-16). Bu derlemenin amacı, bağımlı bireylerin yaşadıkları ruhsal sorunları gözden geçirmek ve dünya genelinde bağımlılığı önlemeye yönelik uygulamaları



ele almaktır.

Bağımlılık

Bağımlılık, herhangi bir maddenin etkisini elde etmek için kullanım sırasında psikolojik, fizyolojik veya ruhsal sorunların ortaya çıkmasına rağmen kişinin madde kullanımına devam etmesi, tolerans gelişmesi nedeniyle aynı hazzı ulaşabilmek ya da etkiyi artırabilmek için madde alınımını artırması ve maddeyi bırakmaya çabalamasına rağmen madde kullanımının önüne geçememesi durumudur (17). Bağımlılığın patofizyolojisi incelendiğinde, bağımlı olan kişilerin beyin yapılarındaki nörokimyasal değişiklikler ve beyin ödül sisteminde yer alan nörotransmitterlerin salınımında değişimler olduğu bildirilmiştir (18,19).

Bağımlılık fizyolojik ve psikolojik bağımlılık olarak ikiye ayrılır (20). Fizyolojik bağımlılık; madde- nin varlığına karşı duyulan fiziksel bir ihtiyaç olup, maddeye karşı bir uyum gelişmesi ve madde alınmadığı zaman kişilerde bulantı, kusma, terleme, titreme, öfori gibi birtakım belirtilerin ortaya çıkması ile karakterizedir (21,22). Psikolojik bağımlılık ise; maddeyi alışkanlık haline getirme, aşırı isteme ve onsuzluğu kabullenememe durumudur. Madde alınmadığı zaman kişilerde anksiyete, huzursuzluk, sınırlılık, stres, kontrol kaybı ve saldırganlık gibi duygudurumlar görülebilir, madde alındığında ise; doyum, rahatlama ve haz durumu ortaya çıkar (23–25).

Bağımlılıkta birey nedeni ne olursa olsun, maddenin bir kez kullandığında bağımlılık davranışına dönüşeceğini düşünmezken, istediği her zaman madde kullanımından vazgeçebileceğine inanmaktadır. Ancak alışkanlık kazanılarak bağımlılığa dönüşen bu süreç maddenin azaltılmasına ya da bırakılması bağlı olarak ortaya çıkan yoksunluk semptomları nedeniyle madde kullanımını sürdürme davranışı gösterir. Söz konusu bu durum döngüsel bir hale dönüşerek devam etmektedir (1,26). Bireyin bağımlılık döngüsünden çıkabilmesinin yolu içinde bulunduğu durumun ve sahip olduğu ruhsal sorunların farkındalığı ile mümkün olabilmektedir. Birey farkındalık kazandıktan sonra ancak iyileşme için sağlıklı adımlar atabilmektedir (27). Literatürde iyileşme kavramının, ruhsal hastalıkların iyileşmesi; hastalık belirtilerinin geçmesi ile birlikte kişinin eski işlevselliği-

ne dönmesi (28), bireyin güçlü ve zayıf yönlerinin çevresiyle sürekli ve dinamik bir etkileşim halinde olması (29), bağımlılıkta relaps oranının azalması (27), bireylerin istekleri doğrultusunda yaşadıkları, özgün girişimlerini keşsettikleri, potansiyellerine uygun olarak yaşadıkları bir değişim süreci ya da bireylerin sağlık ve iyilik hallerini geliştirerek kendi kendilerini idare edebilecek bir hayat yaşamaları şeklinde tanımlandığına rastlanmaktadır (30,31).

Bağımlılığın etiolojisinde psikolojik, genetik, biyolojik ve sosyokültürel birçok faktör bulunmaktadır (32–34).

Bağımlılığın genetik etkileri incelendiğinde, ikiz ve evlat edinme çalışmaları aile üyelerinden en az birinin bağımlılık davranışına sahip olmasının bağımlılık riskini artırdığını kanıtlamaktadır. Alkol bağımlısı olan kişinin çocuğunun evlatlık verilmesi o çocuktaki alkol ve madde bağımlılığı riskini düşürmemiştir (5,35). Kişi herhangi bir maddeyi denedikten sonra veya kumar oynama davranışını sürdürmeye devam etmesiyle beyin ödül sisteminde aşırı dopamin salgılanır ve bu salgılanan dopamin kişide haz yaratır. Beyin dopaminin fazla salınımını fark edince dengelemek için salınımı azaltır. Bundan böyle kişi normal yaşantısı için bile madde kullanmaya, kumar oynamaya ve interneti kullanmaya ihtiyaç duyar ve her seferinde şiddetini artırarak devam eder (19).

Bağımlılık farklı yaş gruplarında, farklı nedenlerden dolayı çeşitli şekillerde ortaya çıkabilmektedir. Özellikle uyumsuzluğun, duygusal anlamda iniş çıkışların görüldüğü, kimlik karmaşasının yaşandığı ergenliğe geçiş dönemi bağımlılık için riskli bir gruptur (36,37). Ergenlik döneminde özellikle arkadaş çevresinde madde kullanımının varlığı, bu dönemde bir gruba dahil olamama duygusu ile ortaya çıkan sosyal izolasyon, aile ortamında çatışma, baskıcı tutuma maruz kalma, aile üyelerinde ruhsal sorunların varlığı gibi durumlar ergenlerde bağımlılık riskini artırmaktadır (38,39). Bağımlılıkta ayrıca bir risk faktörü bireyin sahip olduğu kişilik özellikleridir. Bireyin içe dönük, dürtüsel, agresif kişilik yapısına sahip olması, çevreye uyum sağlamamasına, okulda başarısız olmasına ve arkadaş ortamında dışlanmasına sebep olmaktadır ve bu durum bağımlılık için zemin hazırlamaktadır (40).

Madde Bağımlılığı ve Bireylerin Yaşadığı Ruhsal Sorunlar

Madde bağımlılığı sentetik ya da doğal bir maddenin, tekrarlı kullanımı sonucu ortaya çıkan beyin yapısında ve fonksiyonlarında farklılıklara neden olan bir zehirlenme olarak tanımlanmaktadır (41,42). DSM-5, bağımlılık yapıcı maddeleri 10 ayrı başlık altında toplamıştır. Bunlar; alkol, kafein, kenevir, halüsinojenler, inhalanlar, opiyatlar, sedatif – hipnotik – anksiyolitikler, uyarıcılar, tütün ve diğer (bilinmeyen) maddelerdir (1).

DSM-5'te maddenin yol açtığı ruhsal bozukluklar; psikoz, ikuçlu bozukluklar, depresyon bozuklukları, kaygı bozuklukları, obsesif- kompulsif bozukluklar, uyku bozuklukları, cinsel işlev bozuklukları, deliryum ve nörobilişsel bozukluklar şeklinde sıralanmıştır (1). Koçhan ve İlhan tarafından (2015) yapılan çalışmada madde kullanan er ve erbaşların depresyon puan ortalamasının, madde kullanmayanlara kıyasla depresyon puan ortalamasından daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (43).

Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim Araştırma Hastanesi psikiyatri kliniğinde yapılmış retrospektif çalışmada, madde kullanan hastaların %8,9'unun antisosyal kişilik bozukluğu, %5'inin borderline kişilik bozukluğu, %11'inin ise diğer kişilik bozuklukları olduğu saptanmıştır. Yatan hastalarda madde kullananların tanılarına bakıldığında, en çok madde kullanımı olan hastalıklar sırasıyla; kısa psikotik bozukluk (%5,9), başka türlü adlandırılmayan psikotik bozukluk (%3,9), bipolar bozukluk (%3,5), şizofreni (%3,2), şizoafektif bozukluk (%2,6), duygudurum bozuklukları (%1,5), anksiyete bozukluklarıdır (%1,2) (44).

Bireylerin kronik rahatsızlığı nedeniyle ortaya çıkan iş gücü kaybı, mesleki ve maddi problemler, düşük benlik saygısı, sosyal izolasyon, bağımlı kişilik özellikleri, öz güven eksikliği, iletişim çatışmaları, stres, anksiyete ve depresyon gibi sorunlar madde bağımlılığının nedenleri arasında sayılmaktadır (45). Tektaş Soy ve Kocataş (2020), madde bağımlılığı tanısı almış bireylerde benlik saygısı ve sosyal dışlanma alguları arasındaki ilişkiyi inceledikleri bir çalışmada, madde kullandığı için sosyal dışlanmaya maruz kaldığı ifade edenlerin oranını %84,5 olarak bil-

dirmiştir ve sosyal dışlanma algılarının, benlik saygısından etkilendiğini ifade etmişlerdir (46).

Davranışsal Bağımlılıklar

Bağımlılık kavramı denilince genellikle akla sigara, alkol, uyuşturucu gibi maddelerin kullanımı gelmektedir (47). Ancak madde kaynaklı olmayan, tekrarlayıcı dürtüsel davranışlar sergileyerek kendisine ve çevresine zarar verici; insana, oyuna, internete, eşyalara ve kumara karşı duyulan arzu gibi davranışsal yönde de bağımlılıklar bulunmaktadır (48).

Davranışsal bağımlılık kavramı 1990 yılında Isaac Mark tarafından, zarara uğratacak şekilde davranmak için hissedilen güdüler olarak yorumlanmaktadır. Bireyin yaşantısında, davranışları kendisine ve çevresine sorun yaşatmasına rağmen yine de kendisine engel olamayıp o davranışları yapmaya devam etme arzusunun bulunma durumudur (49).

Davranışsal bağımlılıkları DSM-5 'Maddeyle İlişkili Olmayan Bozukluklar' tanı kategorisinde bulunmaktadır ancak bu kategoride sadece kumar oynama bozukluğu yer almaktadır (1). Literatüre bakıldığında, davranışsal bağımlılık ifadesinin altında yalnızca kumarın değil internet, oyun, alışveriş, akıllı telefon, egzersiz gibi birçok aktivitelerin bağımlılık yapıcı özelliklerinin ele alındığı görülmektedir (2).

- Kumar Bağımlılığı ve Bireylerin Yaşadığı Ruhsal Sorunlar

Kumar bağımlılığı; kişinin kendini kontrol edememesiyle birlikte bireyi kişisel, ailevi ya da mesleki açıdan olumsuz etkileyecek şekilde tekrarlayan kumar oynama durumudur (35). Bireyde kumar oynama davranışını artıran düşünce para kazanma isteği ile motivasyonlarının artması olsa da genellikle bireylerin parasını kaybettiği, ailesel sorunlarla karşı karşıya kaldığı ve ruhsal sorunların ortaya çıktığı görülmektedir (50). At yarışı, piyango, iskambil, rulet, borsa, masa oyunları, slot makineleri, spor bahisleri ve sanal ortamda oynanan bahis oyunları gibi çeşitli kumar türleri bulunmaktadır. Bununla birlikte teknoloji geliştikçe sanal kumar oynama davranışının yaygınlaştığı düşünülmektedir (51,52).

Kumar oynama davranışı; kazanma, kaybetme, tükenme ve koy verme olmak üzere 4 evreden oluşmaktadır (35,53). Kazanma evresinde tolerans ve denetimi kaybetme durumu gelişmektedir. Birey sosyal ilişkilerden uzaklaşarak vaktinin çoğunu kumara harcar. Kaybetme evresi büyük kayıplarla başlamaktadır. Kumar oynayabilmek için borcun diğer borçla kapatılması, zimmete para geçirme, mülkün satılması, kredi çekilmesi gibi durumlar görülebilir. Tükenme evresinde kişi her şeyini kaybettiği için üzgündür. Bu evrede depresyon ve öz kıyım görülmeye ihtimali fazladır. Vazgeçme evresinde birey her şeyini kaybetmesine rağmen rastgele kumar oynamaya devam eder. Bu evrede kumar bağımlılığının yanında madde kullanımı, depresyon, anksiyete gibi sorunlar görülebilmektedir (54,55).

Literatürde kumar bağımlılığı istatistikleri fazla bulunmamasına rağmen çok sayıda çalışmada erkeklerde, gençlerde, düşük ekonomik düzeye sahip bireylerde daha sık görüldüğü bildirilmekte olup, yaşanan çevrenin de kumar bağımlılığının gelişmesinde oldukça önemli rolünün bulunduğu ifade edilmektedir (35). Erdoğan (2019) çalışmasında katılımcıların kumara ergenlik döneminde başladıklarını bildirmiştir (51). Hindistan'da üniversite öğrencileri arasında yapılan çalışmada erkeklerin kadınlara göre daha fazla kumar oynadıkları sonucuna varılmıştır (56). Arcan ve Karancı'nın (2014) kumar oynama nedenleri ölçeğinin uyarlama, geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında, katılımcıların kumar oynama nedenlerinden biri para kazanma arzusu olduğunu belirlemişlerdir (57).

Çakıcı ve ark. (2019) yaptıkları retrospektif bir çalışmada Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde (KKTC) kumar oynama davranışının yaygın olduğunu ve kumar bağımlılığının günden güne arttığını saptamışlardır (58). Kumar bağımlılığı nedeniyle bireylerde stres, kişilerarası çatışma, sosyal izolasyon ve intihar gibi ruhsal sorunlar görülmektedir. Altıntaş'ın 2018 yılında kumar oynama bozukluğu (KOB) tanısı almış hastalar ile kontrol grubuna katılan hastalar depresyon, anksiyete ve ruminatif düşünce düzeyleri açısından karşılaştırdığı çalışmasında, KOB tanılı hastaların toplam puanlarının kontrol grubuna göre anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu bulunmuştur (52). Petry ve Kiluk (2002) araştırmalarında kumar bağımlılığının intihar girişimi ve düşüncesi

ile arasında anlamlı ilişkili olduğunu bildirmişlerdir (59). İsveç'te 2005-2016 yılları arasında kumar oynama bozukluğunda intihar girişim riskini araştırma amacıyla yapılan çalışmada, kumar oynayan kişilerde intihar girişimi yaygın bulunmuştur ancak kumar oynama bozukluğunun yanında alkol veya madde kullanımı da varsa bu oranın daha çok arttığı ifade edilmiştir (60).

- İnternet Bağımlılığı ve Bireylerin Yaşadığı Ruhsal Sorunlar

İnternetin iletişim kurma, araştırma yapma gibi hayatı kolaylaştıran birçok yararı bulunmaktadır. Bu sebeple günümüzde herkes her alanda interneti kullanmaktadır. İnternetin aşırı kullanımı sonucu kişide bağımlılık gelişebilmekte, sedanter yaşam tarzı ve psikolojik rahatsızlıklar görülebilmektedir (61). "İnternet Bağımlılığı" terimi ilk kez 1995'te Dr. Ivan Goldberg tarafından kullanılmış olup (62), yaşamı kötü etkileyecek şekilde kontrolsüz internet kullanımı olarak tanımlanmaktadır (63). Ruh bilimci Kimberly Young patolojik internet kullanımı kriterlerini belirleyerek literatüre katkı sağlamıştır. Sekiz maddeden oluşan patolojik internet kullanımı tanı kriterleri aşağıda gösterilmektedir (64):

- Zihnin internetle meşgul olması
- Tatmin olmak için giderek artan miktarda internet kullanma ihtiyacı hissedilmesi
- İnternet kullanımının bırakılması veya azaltılması için yapılan girişimlerde başarısız olunması
- İnternet kullanımı azaltıldığında veya bırakıldığında sinirli, karamsar ya da huzursuz hissedilmesi
- İnternette planlandığından daha fazla vakit geçirilmesi
- Fazla internet kullanımı sebebiyle yakın çevredeki kişilerle problemler yaşanması, kariyer ya da eğitim fırsatının riske atılması/kaybedilmesi
- İnternette geçirilen vakitle ilgili çevredekilere yalan söylenmesi
- İnternetin sorunlardan veya çaresizlik, suçluluk, anksiyete gibi disforik duygulardan kaçmak için kullanılması.

Yapılan çalışmalarda internet bağımlılığının; depresyon ve bipolar bozuklukları, anksiyete bozuklukları, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozuklukları, obsesif kompulsif kişilik bozuklukları gibi ruhsal sorunlara neden olduğu bildirilmiştir (63).

Günay ve arkadaşlarının (2018) üniversite öğrencilerine yaptıkları çalışmada, internet bağımlılığı ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğu saptanmış olup, internet bağımlısı olan öğrencilerin depresyon riskinin, internet bağımlısı olmayanlara göre 2,6 kat fazla olduğu bulunmuştur (65). Yine aynı çalışmada internet bağımlılığının depresyona ya da depresyonun internet bağımlılığına sebep olabileceği belirtilmiştir (65). Bilgin (2018) yaptığı çalışmada sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik bozukluklar arasında anlamlı bir ilişki olduğu, en yüksek ilişkinin sırasıyla; psikotizm, paranoid düşünceler, fobik anksiyete ve öfke-düşmanlık duygularının olduğu belirtilmektedir (66).

Bağımlılığı Önlemeye Yönelik Uygulamalar

Bağımlılık, biyolojik, psikososyal, sosyoekonomik ve hukuksal boyutları olan bir durum olarak görülmektedir. Bu aşamada alınacak önlemlerin ve oluşturulacak olan politikaların kapsamlı olması, farklı grupları hedef alması oldukça önemlidir (2). Türkiye’de bağımlılığın önlenmesi kapsamında Milli Eğitim Bakanlığı, Aile, Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Gençlik ve Spor Bakanlığı, İçişleri Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı, Diyanet İşleri Başkanlığı ve Yeşilay’ın birçok faaliyeti bulunmaktadır (67). Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitimleri (TBM) günümüzde Yeşilay ile iş birliği içerisinde aileye, bireye ve topluma yönelik madde ve davranışsal bağımlılığı önlemek amacıyla birçok projeleri bulunmaktadır (68). Yeşilay’ın bünyesinde bulunan tüm bağımlılıkları ele alan YEDAM, motivasyon sağlama, relapsı önleme, bağımlılık nedeniyle oluşan ruhsal problemlerle baş etme gibi konularda danışmanlık yapmaktadır (69).

Dünyada bağımlılığı önlemeye yönelik çeşitli uygulamalar bulunmaktadır. Birincil önleme kapsamında olan çocuk veya ergenlere erişilmesi daha hızlı ve kolay olduğu, aynı zamanda aile ve öğretmenleri kapsadığı için okul temelli eğitim programlarına öncelik

verilmektedir. Ortaokullara ve liselilere yönelik Yaşam Becerileri Geliştirme Eğitimi Programı (Life Skills Training-LST) ve Lions-Quest Ergenler İçin Beceriler Programı (Lions-Quest Skills for Adolescence -SFA), bireysel ve sosyal becerilerin kazandırılmasını, madde kullanımına yönelik baskılar karşısında doğru kararların alınmasını amaçlamaktadır (70,71).

Sonuç ve Öneriler

Gün geçtikçe prevalansı artan bağımlılık konusunu önleme çalışmalarını artırmak gerektiği söylenebilir. Türkiye’de ve dünyada bağımlı bireylerin ruhsal sorunlarının detaylıca ele alınması amacıyla düzenlenmiş projelerin sayıca önemli miktarda az olduğu görülmektedir. İlgili kurum ve kuruluşlar tarafından bağımlılık için riskli gruplar belirlenerek, düzenli aralıklarla bağımlılık konusunda farkındalıklarını artıracak, bilgi edinmelerini sağlayacak eğitimler planlanmalı, stratejiler geliştirilmelidir. Bağımlı bireyler bütüncül bir yaklaşımla ele alınarak mevcut ve olası ruhsal sorunları değerlendirilmeli, bireylerin motivasyonlarını artırıcı girişimlerde bulunulmalı, aile içi iletişim ve ilişkilerin güçlendirilmesi sağlanmalı, stresle baş etme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olunmalıdır. Bağımlı bireylerin tedavi merkezlerine ulaşabilirliği sağlanmalı, nüksün önlenmesi amacıyla rehabilitasyon çalışmaları artırılmalı, bağımlılık ve bağımlılığı önlemeye yönelik bilimsel çalışmaların desteklenmelidir.

ÇIKAR ÇATIŞMASI

Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Received Date/Geliş Tarihi: 04.09.2021

Accepted Date/Kabul Tarihi: 13.10.2022

KAYNAKLAR

1. American Psychiatric Association: Desk Reference to the Diagnostic Criteria From DSM-5. Arlington, VA: American Psychiatric Association; 2013.
2. Sanal Özcan Y, Hamzaoğlu N, Türk B, Celal Bayar Üniversitesi M, Edebiyat Fakültesi F, Bölümü P, et al. Üniversite Öğrencilerinin Kimyasal ve Davranışsal Bağımlılıklara İlişkin Bakış Açıları ve Bilgi Düzeyleri. Bağımlılık Dergisi. 2020;21(1):44-55.
3. Savasan A, Engin E, Ayakdas D. The Lifestyle Changes and Relaps of Addicted Patients Discharged From Amatem. J Psychiatr Nurs. 2013;4(2):75-9.



4. Uzbay İT, Yüksel N. Anksiyete Tedavisinde Kullanılan İlaçların Farmakolojisi ve Kullanım Güvenliği. *Klinik Psikiyatri*. 2002;(Ek Sayı 1):14–26.
5. Ögel K. Bağımlılık ve Tedavisi Temel Kitabı. İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık; 2018.
6. Daley DC. Family and social aspects of substance use disorders and treatment. *J Food Drug Anal*. 2013;21(4 SUPPL.):73–6.
7. Sezen MF, Murat M. Ergenlerde Akran Zorbalığı, İnternet Bağımlılığı ve Duygusal Zekâ Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*. 2018 Dec 25;9(16):160–82.
8. American Psychological Association. Substance use, abuse, and addiction [Internet]. 2022. Available from: <https://dictionary.apa.org/addiction?>
9. Castillo-Carniglia A, Keyes KM, Hasin DS, Cerdá M. Psychiatric Comorbidities in Alcohol Use Disorder. *Lancet Psychiatry*. 2019 Dec 1;6(12):1068–80.
10. Common Comorbidities with Substance Use Disorders Research Report [Internet]. 2020 Apr [cited 2021 Jun 21]. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK571451/>
11. Asi Karakaş S, Ersözgütçü F. Madde Bağımlılığı ve Hemşirelik. *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*. 2016 May 25;3(2):133–9.
12. Bat Tonkuş M. Madde Kullanım Bozuklukları. In: Gürhan N, Ayhan F, editors. *Varcariolis' Psikiyatrik Hemşirelik Bakım Planlaması El Kitabı*. 6. Baskı. Ankara: Ankara Nobel Tıp Kitabevleri; 2022. p. 186–214.
13. Özbay Y, Yılmaz S, Büyükoztürk Ş, Aliyev R, Tomar İH, Eşici H, et al. Madde Bağımlılığı: Temiz Bir Yaşam İçin Bireyin Güçlendirilmesi. *The Turkish Journal on Addictions* [Internet]. 2018;5(1):81–130. Available from: <http://addicta.com.tr/DOIhttp://dx.doi.org/10.15805/addictahttp://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.1.0001>
14. Substance Abuse and Mental Health Services Administration (US); Office of the Surgeon General (US). Prevention Programs and Policies. In: *Facing Addiction in America: The Surgeon General's Report on Alcohol, Drugs, and Health* [Internet]. Washington (DC): US Department of Health and Human Services; 2016 [cited 2021 Oct 21]. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK424850/>
15. Kumpfer KL. Family-Based Interventions for the Prevention of Substance Abuse and Other Impulse Control Disorders in Girls. *ISRN Addict*. 2014 Mar 3;308789:1–23.
16. Yoldaş C, Demircioğlu H. Madde Kullanımı ve Bağımlılığını Önlemeye Yönelik Psikoeğitim Programlarının İncelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*. 2020;21(1):72–91.
17. Pilge E, Baysan Arabacı L. Perceptions and Attitudes of Nurses Working At Emergency Unit About the Causes and Treatment of Addiction. *J Psychiatr Nurs*. 2016;7(3):105–13.
18. Koob GF, Volkow ND. Neurobiology of addiction: a neurocircuitry analysis. *Lancet Psychiatry*. 2016 Aug 1;3(8):760–73.
19. Kaya E, Akpınar D, Akpınar H. Bağımlılığın Patofizyolojisi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Tıp Dergisi*. 2019;6(3):166–70.
20. Çavuş S, Ayhan B, Tuncer M. Bilgisayar Oyunları ve Bağımlılık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Alan Araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*. 2016;43:265–89.
21. Karakuş BN, Özdengül F, Solak Görmüş Zİ, Şen A. Bağımlılık Fizyopatolojisine Genel Bakış. *KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi* [Internet]. 2021;2(3):158–65. Available from: <https://orcid.org/0000-0001-6762-6225>
22. Lerner A, Klein M. Dependence, withdrawal and rebound of CNS drugs: an update and regulatory considerations for new drugs development. *Brain Commun*. 2019;1(1).
23. Salman Alavi S, Ferdosi M, Jannatifard F, Eslami M, Alaghemandan H, Setare M. Behavioral Addiction versus Substance Addiction: Correspondence of Psychiatric and Psychological Views. *Brief Communication International Journal of Preventive Medicine*. 2012;3(4):290.
24. Cüceler S, Yılmaz M, Türkleş S. Madde Bağımlısı Bireylerin Yaşadığı Psikososyal Sorunlar, Uygulanan Kanıt Temelli Müdahaleler ve Hemşireliğin Rolü. *Bağımlılık Dergisi*. 2022 Mar 31;23(1):105–10.
25. Sinha R. Chronic stress, drug use, and vulnerability to addiction. *Ann N Y Acad Sci*. 2008;1141:105–30.
26. Substance Abuse and Mental Health Services Administration (US); Office of the Surgeon General (US). *The Neurobiology of Substance Use, Misuse, and Addiction*. In: *Facing Addiction in America: The Surgeon General's Report on Alcohol, Drugs, and Health* [Internet]. Washington (DC); 2016 [cited 2021 Oct 22]. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK424849/>
27. Bat Tonkuş M, Karataş S, Yılmaz S, Kutlu FY. Ruhsal Bozukluğu Olan Bireylerde İyileşme ve İyileşme Modelleri. *İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi, Yeni Yüzyıl Journal of Medical Sciences*. 2022 Jul 26;3(3):135–43.
28. Liberman RP. *Yetiyetiminden İyileşmeye-Psikiyatrik İyileştirim El Kitabı*. Yıldız M, editor. Ankara: Türkiye Sosyal Psikiyatri Derneği; 2011.
29. Doğan R, Mercan N, Yüksel Ç. Ruhsal Hastalıklarda İyileşme: Kavram Analizi. *Psikiyatride Guncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry*. 2020 Mar 31;12(1):91–9.
30. Şenocak SÜ, Arslantaş H, Yüksel R, Menderes A, Hemşirelik Ü, Ruh F, et al. Psikiyatrik İyileşmede Yeni Bir Yönelim: İyileşme Odaklı Yaklaşım. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*. 2019;28(2):83–97.
31. Çam O, Yalçın N. Mental Illness and Recovery. *J Psychiatr Nurs*. 2017;9(1):55–60.

32. Ahmed SH. The science of making drug-addicted animals. *Neuroscience* [Internet]. 2012 Jun 1;211:107–25. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0306452211009559>
33. Kotyuk E, Farkas J, Magi A, Eisinger A, Király O, Vereczkei A, et al. The psychological and genetic factors of the addictive behaviors (PGA) study. *Int J Methods Psychiatr Res* [Internet]. 2019 Mar 1;28(1):e1748. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/mpr.1748>
34. Karataş Z. Madde Bağımlılığının Nedenlerine, Sosyal Tedavi ve Rehabilitasyonuna İlişkin Görüşlerin Odak Grup Yöntemiyle Belirlenmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi* [Internet]. 2021;25(1):67–94. Available from: <https://orcid.org/0000-0002-5822-2904>.
35. Çakmak S, Tamam L. Kumar Oynama Bozukluğu: Genel Bir Bakış. *Bağımlılık Dergisi*. 2018;19(3):78–97.
36. Jordan CJ, Andersen SL. Sensitive periods of substance abuse: Early risk for the transition to dependence. *Dev Cogn Neurosci* [Internet]. 2017 Jun 1;25:29–44. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1878929316301931>
37. Thatcher DL, Clark DB. Adolescents at Risk for Substance Use Disorders. *Alcohol Research & Health*. 2008;31(2):168–76.
38. Branstetter SA, Low S, Furman W. The influence of parents and friends on adolescent substance use: a multidimensional approach. *J Subst Use* [Internet]. 2011 Apr 2;16(2):150–60. Available from: <http://www.tandfonline.com/doi/full/10.3109/14659891.2010.519421>
39. Lander L, Howsare J, Byrne M. The Impact of Substance Use Disorders on Families and Children: From Theory to Practice. *Soc Work Public Health* [Internet]. 2013 May 1;28(3–4):194–205. Available from: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/19371918.2013.759005>
40. Mitchell MR, Potenza MN. Addictions and Personality Traits: Impulsivity and Related Constructs. *Curr Behav Neurosci Rep*. 2014 Mar 1;1(1):1–12.
41. Yüksel E. Ne Demek Lazım; Uyuşturucu mu Madde Bağımlılığı mı? Uyuşturucuyla Mücadelenin Temel Kavramlarına Yönelik Uygulama ve Tartışmalar. *Kurgu* [Internet]. 2017;25(2):39–64. Available from: <http://www.tdk.gov.tr>
42. Arabacı LB, Yurtsever B. Madde Bağımlılığı Farkındalık Ölçeği'nin ve Madde Bağımlılığı Bilgi Testi'nin Erişkinlerde Geçerlilik ve Güvenilirliği. *Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2021;1(3):206–25.
43. Koçhan K, İlhan T. Erbaş/Erlerin Ebeveynle Bağlanma Stilleri, Depresyon Düzeyleri ve Stresle Başa Çıkma Stillerinin Madde Kullanımı Açısından İncelenmesi. *Addicta* [Internet]. 2015 Dec 1;2(2):61–109. Available from: <http://www.addicta.com.tr/en/examining-of-the-attachment-style-to-parents-depression-levels-and-stress-management-styles-of-private-soldiers-in-terms-of-substance-abuse-1336>
44. Güleç MY, Elbay RY, Şayakçı S, Meteris H, Hariri AG, Tezcan AE. Yatan psikiyatri hastalarında madde kullanımı ve hastalıklara göre dağılımı: Retrospektif bir çalışma. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi* [Internet]. 2010 Sep 30;23:166–73. Available from: <https://arsiv.dusunenadamdergisi.org/ing/ArticleDetails0585.html?MkID=112>
45. Di keç G, Kutlu FY. Dezavantajlı Gruplar Olarak Bağımlıların Psikososyal Sorunları. In: Yılmaz M, editor. *Dezavantajlı Gruplar ve Ruh Sağlığı* [Internet]. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2020. p. 50–5. Available from: <http://abone.turkiyeklinikleri.com/indexart=087ab240dc36ffb-569d04492e71f39Ücretli>
46. Tektaş Soy İ, Kocataş S. Madde Bağımlılığı Tanısı Almış Bireylerde Benlik Saygısı ve Sosyal Dışlanma Algıları Arasındaki İlişki. *EGE HFD*. 2020;36(2):73–86.
47. Bektaş M. Davranışsal Bağımlılık: Tanımı, Türleri ve Sınıflandırılması. In: Ateş H, Koçak A, editors. *Bir Kamu Politikası Olarak Bağımlılıkla Mücadele*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım; 2018. p. 147–59.
48. Çakar Y, Turan N. Adölesanlarda Teknolojik Oyun Bağımlılığı ve Karakter Güçleri. *Bağımlılık Dergisi* [Internet]. 2022 Sep 30;23(3):377–82. Available from: <https://dergipark.org.tr/doi/10.51982/bagimli.1000130>
49. Denizci Nazlıgül M, Esin Yılmaz A. Oyun Bağımlılığı ve Egzersiz Bağımlılığına Davranışsal Bağımlılık Çerçevesinden Bakış. *Bağımlılık Dergisi-Journal of Dependence* |. 2019;20(2):97–108.
50. Şule Kaya F, Başkan A. Kumar Oynama Motivasyonunun İç-Dış Kontrol Odağı İle İlişkisi. *Bağımlılık Dergisi*. 2020;21(3):210–22.
51. Erdoğan Y. Kumar Problemleri Yaşayan Bireylerin Kumar Oynamayla İlgili Deneyimlerinin Yorumlayıcı Fenomenolojik Analizi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* [Internet]. 2019;(6):871–906. Available from: <http://addicta.com.tr/>
52. Altıntaş M. Kumar oynama bozukluğu tanısı olan hastalarda, anksiyete, depresyon, ruminasyon ve dürtüsellik. *Cukurova Medical Journal* [Internet]. 2018 Dec 31;43(3):1–1. Available from: <https://dergipark.org.tr/tr/doi/10.17826/cumj.356820>
53. Çebi Z, Karaaziz M. Kumar Oynama Bozukluğunda Bilişsel Davranışçı Terapi: Bir Olgu Sunumu. *Humanistic Perspective* [Internet]. 2022 Oct 15;4(3):549–51. Available from: <https://dergipark.org.tr/tr/doi/10.47793/hp.1120635>
54. Binde P. Gambling-related embezzlement in the workplace: a qualitative study. *Int Gambl Stud*. 2016 Sep 1;16(3):391–407.
55. Fong TW. The Biopsychosocial Consequences of Pathological Gambling. *Psychiatry*. 2005;2(3):22–30.
56. George S, Jaisooriya T, Nair S, Rani A, Menon P, Madhavan R, et al. A cross-sectional study of problem gambling and its correlates among college students in South India. *BJPsych Open*. 2016 May;2(3):199–203.
57. Arcan K, Karancı AN. Kumar oynama nedenleri ölçeğinin uyarılma, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Derg.*



- 2014;15(3):248–56.
58. Çakici M, Çakici E, Karaaziz M, Babayigit A. KKTC’de kumar yaygınlığı, risk etkenleri ve kültür tutumları ile ilişkisi: 2007-2014. *Anadolu Psikiyatri Derg.* 2019;20(4):395–403.
59. Petry N, Kiluk B. Article Funding Information Suicidal Ideation and Suicide Attempts in Treatment-Seeking Pathological Gamblers. *J Nerv Ment Dis.* 2002;190(7):462–9.
60. Håkansson A, Karlsson A. Suicide Attempt in Patients With Gambling Disorder—Associations With Comorbidity Including Substance Use Disorders. *Front Psychiatry* [Internet]. 2020 Nov 16;11:593533. Available from: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2020.593533/full>
61. Büyükgebiz Koca E, Tunca MZ. İnternet ve Sosyal Medya Bağımlılığının Öğrencilerin Performanslarına Etkileri Üzerine Bir Yazın Taraması. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler* [Internet]. 2019;24(1):33–53. Available from: <https://orcid.org/0000-0001-6944-8266>
62. Keser Özcan N, Buzlu S. Problemlı İnternet Kullanımını Belirlemede Yardımcı Bir Araç: “İnternette Bilişsel Durum Ölçeği”nin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik ve Güvenirliğı. *Bağımlılık Dergisi.* 2005;6(1):19–26.
63. Bozkurt H, Şahin S, Zoroğlu S. İnternet Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme. *Journal of Contemporary Medicine.* 2016;6(3):235–47.
64. Young KS. Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist* [Internet]. 2004 Dec 27;48(4):402–15. Available from: <http://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0002764204270278>
65. Günay O, Öztürk A, Ergun Arslantaş E, Sevinç N. Erciyes Üniversitesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Depresyon Düzeyleri. *DüşünenAdam* [Internet]. 2018 Mar 30;31(1):79–88. Available from: <https://www.dusunenadamdergisi.org/article/98>
66. Bilgin M. Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Psikolojik Bozukluklar Arasındaki İlişki. *The Journal of International Scientific Researches.* 2018;3(3):237–47.
67. Uyuşturucu ile Mücadele Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı 2018-2023 [Internet]. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. 2017 [cited 2021 Oct 22]. Available from: <https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/bagimliliklamucadele-haberler/2018-2023-uyu%C5%9Fturucu-ile-m%C3%BCcadele-ulusal-strateji-belgesi-ve-eylem-plan%C4%B1.html>
68. Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Programı [Internet]. YEŞİLAY. 2021 [cited 2021 Oct 22]. Available from: <https://tbm.org.tr/>
69. YEDAM (Yeşilay Danışmanlık Merkezi) [Internet]. YEŞİLAY. 2022 [cited 2022 Feb 22]. Available from: <https://www.yedam.org.tr/madde-bagimliliği>
70. Botvin GJ, Griffin KW. Life Skills Training: Empirical Findings and Future Directions. *J Prim Prev* [Internet]. 2004 Oct;25(2):211–32. Available from: <http://link.springer.com/10.1023/B:JOPP.0000042391.58573.5b>
71. Maalouf W, Stojanovic M, Kiefer M, Campello G, Heikkilä H, El-Khatib Z. Lions Quest Skills for Adolescence Program as a School Intervention to Prevent Substance Use—a Pilot Study Across Three South East European Countries. *Prevention Science* [Internet]. 2019 May 12;20(4):555–65. Available from: <http://link.springer.com/10.1007/s11121-019-01012-6>