

ALMANYA'DA YAŞAYAN TÜRKLER'DE "GÖÇMEN OLMA" NIN DEPRESYON VE SOMATİK SEMPTOMLAR ÜZERİNE ETKİSİ*

Derya İREN AKBIYIK*

Ebru Güngör MENDEL**

M. Emin ÖNDER***

Clemens CORDING****

ÖZET

Amaç: Bu çalışmanın amacı Almanya'da yaşayan Türklerde "göçmen olma"nın depresyon semptomları üzerinde bir farklılığa yol açıp açmadığını ortaya koymaktır.

Yöntem: 18 yaşından sonra gelen ve en az 15 yıldır Almanya'da yaşayan depresyon tanısı alanlar (grup A) ile Türkiye'de yaşayan ve depresyon tanısı almış (grup T) 20'şer Türk hasta ile görüşülerek Hamilton ve Zung Depresyon Ölçekleri, SCL-90 dep-som altölçekleri ve bir semptom tarama listesi verilmiştir.

Bulgular: Testlerin genel ortalama puanlarına bakıldığında Zung Depresyon Ölçeği ve somatik semptom tarama listesi puanları Grup A'da anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Hamilton Depresyon ölçeği doğrultusunda görüşme yapılırken, Grup T'de hastaların hastalığının bilincinde olduğu, Grup A'da ise yakınmalarını iklime, kötü yiyeceklerle,

istirahat ihtiyacına bağlama eğiliminde oldukları gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Türk, depresyon, somatizasyon, göçmen olma, Almanya.

SUMMARY

Objective: The aim of the study is to evaluate whether the effects of being an "immigrant" cause any differences on the symptoms of depression of the Turkish people living in Germany.

Method: The Turkish immigrants with depression who have come to Germany before the age of 18 and had lived there more than 15 years (Group A) and the Turkish depressive patients living in Turkey (Group T), 20 in each group, have been interviewed and been given Hamilton and Zung Depression Scales, SCL-90 som-dep subscales and a symptom checklist.

Results: The total scores of Zung depression and symptom list were significantly higher in group A. The interview according to the Hamilton Depression Scale has shown that Group T was clear about the illness but group A had a tendency to find reasons for the symptoms, such as bad weather, bad food or the need for rest.

Keywords: Turks, depression, somatization, immigrants, Germany.

+ Bu çalışma, 28-31 Ekim 1999 tarihlerinde Kapadokya'da yapılan 6. Ulusal Sosyal Psikiyatri Kongresi'nde Poster Bildiri olarak sunulmuş ve Prof. Dr. Rasim Adasal Araştırma Yarışması'nda Mansiyon Ödülü'ne layık görülmüştür.

* Uz. Dr. Bayındır Tıp Merkezi, Ankara, Türkiye.

** Psikolog, Beziroklünik Regensburg, Almanya.

*** Doç. Dr., Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Türkiye.

**** Dr., Beziroklünik Regensburg, Almanya.

GİRİŞ VE AMAÇ

Almanya 1950'li yılların sonuna doğru o zaman-ki ekonomik koşullarının sonucu olarak çoğu Türkiye'den olmak üzere Yunanistan, Portekiz, İspanya ve Yugoslavya'dan yaklaşık iki milyon yabancı işçi çalıştırmaya başlamıştır (Suzuki 1981). 1976 yılında işçi alımı durdurulduğunda Türk işçilerin Almanya'daki iş gücünün %13'ünü oluşturdukları saptanmıştır. Bu süreç Almanya'nın işçi alımı ile ilişkili olduğu kadar, aynı dönemde Türkiye'de de ekonomik kaygılarla köyden kente göçün bir uzantısı gibi değerlendirilmektedir (Koen 1988). Böyle büyük bir oran ve göç eden grubun daha çok kırsal kökenli ve gelenekçi bir yapıda olmaları sonucu ortaya birçoğu halen devam eden sosyal problemler çıkmıştır. Psikolojik problemler ve bunların dışavurumu ile ilgili farklılıklar da bu sürecin bir parçasıdır.

Literatüre bakıldığında göçmenlik ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok çalışmaya rastlanmaktadır (Kohn ve ark 1989, Pang ve Lee 1994, Gutkowitch ve ark 1999, Grossi ve ark 1999).

Bu çalışmalar kendi yetiştiği ülke ve kültürden farklı bir yerde yaşayan kişilerin ruhsal sıkıntılar sonucu ortaya çıkan yakınmalarında tip, sayı ve ağırlık açısından gerek kültüre özgü, gerekse yabancılıktan kaynaklanan belirgin farklar olduğunu ortaya koymuştur. Almanya'da yaşayan Türklerle yapılan çalışmalarda ise bu sıkıntıların somatik semptomlar şeklinde dışavurumunun anlamlı olarak yüksek olduğu bildirilmektedir (Diefenbacher ve Heim 1994). Ancak bu çalışmaların hemen hepsinde göç etmiş Türkler kendi ülkelerinde yaşayan Alman'larla karşılaştırılmıştır. Böyle bir karşılaştırmanın sadece kültürel değişkenler sonucu bile anlamlı farklılıklar ortaya koyması şaşırtıcı değildir. Oysa temelde aynı kültürü almış kişiler arasında da sadece göçmen olma ve yaşamını farklı bir kültürde sürdürmenin etkilerine bağlı olarak kimi farklılıklar beklenebilir. Bu düşünceden yola çıkarak, "göçmen olma"nın depresyon semptomları üzerinde bir farklılığa yol açmadığını ortaya koymayı amaçladık. Çalışmamızda bu amaca yönelik olarak, Almanya'da yaşayan depresyon tanısı almış Türklerle, Türkiye'de yaşayan ve depresyon tanısı almış Türk hastalar semptom tipine ve sıklığına göre karşılaştırılmıştır.

YÖNTEM

Örneklem: 1997-1998 yılları arasında Almanya-Bezirksklinikum Regensburg'da depresyon nedeni ile hospitalize edilmiş olan 20 Türk hasta (Grup A) ile Türkiye'de yaşayan ve Ankara Numune Hastanesi'nde depresyon nedeni ile yatmakta olan, yaş, cinsiyet ve eğitim düzeyleri açısından eşlenebilir özellikte 20 Türk hasta (GrupT) özellikle somatik semptomlar açısından karşılaştırılmıştır. Almanya'daki hastalar seçilirken, Almanya'ya 18 yaşından sonra gelmiş ve en az 15 yıldır burada yaşıyor olmak koşulu aranmıştır.

Ölçme araçları:

- Hasta bilgi formu; hastaların yaş, cinsiyet, eğitim gibi sosyodemografik verilerine ek olarak Almanya'ya geliş tarihleri, çalıştıkları işler, kronik bedensel hastalıklar gibi verileri elde etmeye yönelik soruları içeren bir formdur.

- Hamilton Depresyon Değerlendirme Ölçeği; 17 sorulu, hastaların kendi ifadeleriyle değil görüşmecinin izlenimlerine göre değerlendirilen, Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması (Akdemir ve ark 1996) yapılmış bir ölçektir.

- Zung Depresyon Ölçeği; 20 sorudan oluşan, hastaların kendilerinin doldurdukları, Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış (Baltaş A, 1974) bir depresyon değerlendirme ölçeğidir.

- SCL-90 depresyon-somatizasyon altölçekleri; toplam 90 sorulu semptom tarama listesinin sadece depresyon ve somatizasyon ile ilgili bölümlerini içeren, hastaların kendilerinin yanıtladıkları, Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması (Dağ 1991) yapılmış ölçeklerdir.

- BL yakınma listesi; 24 tane semptomu -varsa ağırlık derecesine göre ölçen, hastalar tarafından doldurulan, Türkçe geçerlik çalışmaları Almanya'da yapılmış bir listedir.

İşlem: Her iki gruptaki hastalara genel bir öngörüşmeden sonra Hamilton ve Zung Depresyon Ölçekleri, SCL-90'ın depresyon ve somatizasyon alt skalaları ve BL-List verilmiştir. Tüm ölçeklerin geçerlik güvenilirlik çalışmaları yapılmış Türkçe versiyonları kullanılmış ve Hamilton Depresyon ölçeği dışındakiler hastaların kendileri tarafından doldurul-

Tablo 1.

	Grup A	Grup T	P
Hamilton Depr Ölç	25 45	23 70	>0.05
Zung Depr Ölç *	58 00	51 20	<0,05*
SCL90-Dep Altölç	32 55	28 15	>0.05
SCL90-Som Altölç	26 10	21 00	>0.05
BL-Liste*	41 45	29 70	<0,05*

muştur. Görüşmeler yapıldığı sırada deneklerin hastanede depresyon nedeni ile yatıyor olmaları koşulu aranmıştır. Hastaların hiçbirinde bilinen kronik bir fiziksel hastalık olmaması da bir diğer koşuldur.

BULGULAR

Her iki grupta da 12'ser kadın ve 8'er erkek hasta bulunmaktaydı. Hastaların yaş ortalamaları Grup A için 46.15 ve GrupT için 45.00 idi ($p>0.05$). Testlerin genel ortalama puanlarına bakıldığında Zung Depresyon Ölçeği ve BL-Listeleri puanları Grup A'da anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur (Tablo 1).

Tüm ölçekler sorular Mann Whitney-U testi ile karşılaştırıldığında anlamlı farklılık gösterenler aşağıdaki gibiydi;

Hamilton Depresyon Ölçeği'nde

Grup T'de anlamlı olarak daha yüksek olan;

1- Depressif ruh hali

Grup A'da anlamlı olarak daha yüksek olanlar;

1- Genital semptomlar (Libido kaybı, menstruasyon düzensizlikleri, vb.)

2- Hipokondriyaklık

Durumları hakkındaki görüşleri incelendiğinde ise; Grup T deneklerinin yakınmalarının depresyona bağlı olduğunun bilincinde olmalarına karşılık Grup A deneklerinin yakınmalarını iklimle, kötü yiyeceklere, virüslere, istirahat ihtiyacına, vb. bağlama eğiliminde oldukları görülmüştür.

Zung Depresyon Ölçeği'nde;

Grup A'da anlamlı olarak daha yüksek bulunanlar;

1- Kendimi en iyi sabahları hissediyorum. (Hiçbir zaman veya çok ender olarak)

2- Çekici kadınlara/erkeklerle bakmaktan, onlarla konuşmaktan hoşlanıyorum. (Hiçbir zaman veya çok ender olarak)

3- Gece boyu uyumakta güçlük çekiyorum. (Çoğunlukla veya her zaman)

4- Kabızlık çekiyorum. (Çoğunlukla veya her zaman).

5- Kalbim her zamankinden hızlı çarpıyor (Çoğunlukla veya her zaman).

BL-Liste yakınma listesi'nde;

Grup A'da anlamlı olarak daha yüksek bulunanlar;

1- Bitkinlik, zayıflık hissi,

2- Karında basınç, şişkinlik hissi,

3- Küçük olaylarda ani hiddetlenme,

4- İç sıkıntısı, bunaltı hissi,

5- Özellikle bacaklarda ağırlık ve yorgunluk,

6- Soğuğa karşı aşırı hassasiyet,

7- Ense, omuz ağrısı.

SCL-90 somatizasyon bölümündeki "Bedeninin bazı kısımlarında güçsüzlük" Grup A'da belirgin olarak yüksek oranda görülmekteydi.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Depresyonun bedensel belirtilerinin bazı kültürde daha ön planda olduğunu destekleyen yayınlar vardır (Racy 1970, Kleinman 1977). Çalışmamızda göçmen olarak Almanya'ya yerleşen Türklere bu oranın artmış olduğu görülmektedir. Bedensel belirtilerin sayıca önplanda olmasının yanısıra belirtilerinde de bazı farklılıklar saptanmıştır. Ankara'da daha önceden somatizasyon ile ilgili yapılan bir çalışmada (İren Akbiyik 1996) en sık somatik semp-

tomların baş ve eklem ağrıları, bulantı, diyare, ekstremitelerde uyuşma ve yanma olduğu saptanmıştır. Almanya'da çalışan bir Türk psikiyatristin bildirdiğine göre zorlu iş ve yaşam şartları altında kalan Türk göçmenlerde gastrit, peptik ve duodenal ülserler, başağrıları ilgi ve dikkat azlığı, terleme atakları ve anksiyeteye çok sık rastlanmaktadır (Aksoy F 1975).

Her ne çeşit olursa olsun somatik semptomların göçmenlerde artmış olmasının değişik nedenleri akla gelmektedir. Göçmenlik sırasındaki gelişim ve değişim sürecinde kişinin etkileniş biçimini değiştiren üç temel etken vardır; a) bireyin kendisindeki b) geride bıraktığı toplumdaki ve c) yeni geldiği ülkedeki koşullar (Öztürk 1996). Depresyonun dışavurumu bu etkenler açısından incelendiğinde, hastaların Türkiye'de nasıl bir kültürel altyapıdan kopup geldiği ve Almanya tarafından nasıl algılandığı, ne tür tepki ya da ilgiyle karşılaştıkları önem kazanmaktadır. Türkiye'de son yıllarda büyük toplumsal ve kültürel değişimler yaşansa da, iç ve dış göçlerin büyük çoğunluğu bu toplumsal-kültürel devrimden en az etkilenen kırsal kesimden olmaktadır (Öztürk 1996). Zaten ruhsal sıkıntılarının somatizasyon şeklinde dışavurumunun en sık gözlemlendiği hastalar da kırsal kökenli hastalardır. Bu örtüşme göçmen Türklere somatik belirtilerin sıklığını bir dereceye kadar açıklasa da, Almanya'da karşılaşılan ortamın etkileri de gözardı edilemeyecek kadar büyüktür. Göç edilen toplumdaki aşırı ayrımcı ve önyargılı tutumlar etnik ve dinsel kimlik duygusu ile beraber somatizasyon gibi kimi kültürel özelliklerin de aşırı pekiştirilmesine yol açabilir. Dil ve iletişimle ilgili sorunlar, kendini ifade etme yolunda değişik

arayışlara yol açmakta ve duygu dışavurumu sözel iletişimden farklı bir yöne kaydırılmaktadır. Bunlara ek olarak, değişik alt grupları içinde barındıran Amerikan ve bazı Avrupa ülkelerinde verilmekte olan ulusal ruh sağlığı hizmetlerinden bu ülkelerde yaşayan bazı etnik grupları yeterince yararlanamadıkları ileri sürülmektedir (Güleç 1992). Almanya'da yıllarca yaşlı ve üretici olmayan göçmen gruba gerontolojik yaklaşımlı destek sağlanmamıştır (Suzuki 1981). Yabancı işçi barındıran pek çok ülkede bu konuda çalışma, kurum ya da programlar yok ya da yetersizdir (Suzuki 1976). Açıklanamayan bedensel belirtiler, uzamış tanı ve tedavi süreçleri nedeniyle uzun süreli hava değişimi ve istirahat raporları, hatta Türk göçmenlerde sık karşılaşılan, psikiyatrik hastalıklar nedeni ile erken emeklilik gibi ayrıcalıklar da gözönüne alınırsa, bu şekilde dışavurum yabancı dil ve yabancı yaşam tarzı ile ilgili sorunlar kadar birtakım sekonder kazançlarla da pekiştiriliyor gibi görünmektedir.

Bu konuda yapılan çalışmaların ve literatür bilgilerinin çoğunlukla eski tarihlere dayanıyor olması sorunların belirlenmiş ya da bazılarının çözülmüş olması ile açıklansa da yeni çalışmalarda hala benzer bulgulara rastlanıyor olması "göçmen olma" ile ilgili tartışmaların devamını, çalışmalarının yeniden hızlandırılmasını gerektirmektedir.

Bu tür somatik yakınmaların farkında olmak bir yandan göçmenlere yönelik çalışmalarla onların yaşam kalitesi ile ilgili girişimlere verilen önemi artıracak, diğer yandan depresyonda tanılama sürecini hızlandıracak, gereksiz tetkik, girişim ve işgücü kaybını önleyecektir.

KAYNAKLAR

Akdemir, A, Örsel SD, Sağ İ, Türkçapar MH, İşcan N, Özbay H (1996) Hamilton Depresyon Derecelendirme Ölçeğinin geçerliliği, güvenilirliği ve klinikte kullanımı, 3P Dergisi, 4(4): 251-259.

Aksoy F (1975) Die Anpassungsschwierigkeiten eines Gastarbeiters. In Das Gastarbeiter Problem. Südosteuropa-studien 23, Munich, shf 150-154.

Baltaş A (1974) Türkçe Zung Depresyon Ölçeğinin Geçerlik Güvenirlik çalışması.

Dağ İ (1991) Belirti Tarama Listesi (SCL-90R)'ın üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. Türk Psikiyatri Dergisi, 2: 5-12.

Diefenbacher A, Heim G (1994) Somatic symptoms in Turkish and German depressed patients. Psychosom Med, 56(6): 551-556.

Grossi G, Soares JJ, Anglesleva J, Perski A (1999) Psychosocial correlates of longterm sickleave among patients with musculoskeletal pain. Pain, 80(3): 607-619.

Gutkovitch Z, Rosenthal RN, Galykner I, Muran C, Batchelder S, Itshoki E (1999) Depression and demoralization among Russian-Jewish immigrants in primary care. Psychosomatics, 40(2): 117-125.

Güleç C (1992) Kültür, kişilik ve psikoterapiler. Psikiyatri Bülteni, 1: 10-13.

Iren Akbıyık D (1996) Birinci basamak tedavi birimlerinde somatizasyon bozukluğu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 7: 208-214.

Kleinman AM (1977) Depression, somatization and the new crosscultural psychiatry. *Soc Sci Med*, 11: 3-10.

Koen E (1988) *Volksmedizinische Krankheitsvorstellungen und Heiler in der Türkei*. Yayınlanmamış tez. Heidelberg Üniversitesi, Almanya.

Kohn R, Flaherty JA, Lavav I (1989) Somatic symptoms among older Soviet immigrants; an exploratory study. *Int J Soc Psychiatry*, 35(4): 350-360.

Öztürk O (1996) Göçle ilgili kimlik sorunları ve psikoterapi ilkeleri. *ürk Psikiyatri Dergisi*, 7(3): 185-190.

Pang KY, Lee MH (1994) Prevelence of depression and somatic symptoms among Korean elderly immigrants. *Yonsei Med J*, 35 (2): 155-161.

Racy J (1970) Psychiatry in the Arab East. *Psychiatrica Scandinavica*, 21: 1-171.

Suzuki Peter T (1981) Psychological Problems of Turkish Migrants in West Germany. *American J Psychotherapy*, 2: 187-194.

Suzuki PT (1976) Sociocultural considerations in caring for minority group aged in Holland; the case of Turkish gastarbeiters. *Netherlands J Gerontolog*, 7: 387.