

Bağımlılık nedir?



Bağımlılık zarar verici sonuçlar doğurmasına karşın, zorlantılı bir şekilde madde arama ve kullanma ile karakterize süregelen ve tekrarlayıcı bir beyin hastalığıdır. Bu hastalığa zarar verici davranışlar da eşlik etmektedir. Bağımlılık, hem beyni hem de davranışları etkileyen bir hastalıktır. Ancak bu hastalığın tedavi edilebilir bir hastalık olduğunu unutmamak gerekir. Bu hastalığın gelişmesi ve ilerlemesinde birçok biyolojik ve çevresel etmenler rol oynamaktadır. Ancak bağımlılık bir sürecin sonunda gelişen bir olgudur. Bağımlılık gelişene kadar kişi bazı evrelerden geçer. Önce denemek amaçlı kullanım, daha sonra sosyal kullanım ve bu aşamadan sonra kötüye kullanım ve bağımlılık ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle alkol ve madde kullanımının erken tanınması ile birçok olumsuz sonucun gelişmesi önlenabilir. Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından hazırlanmış olan tanı sınıflamasında (DSMIV) bağımlılık tanısı şu ölçütlere dayanarak konmaktadır: Bağımlılık 12 aylık bir dönem içinde aşağıda sıralanan belirtilerden üç veya daha fazlasının bulunması ile tanımlanır.

1. Tolerans gelişmesi: Maddenin etkisinin ortaya çıkabilmesi için kullanılan madde miktarının artırılması ihtiyacıdır. Madde kullanımına ilk başladığı zaman kullanılan miktar bir süre sonra aynı etkiyi ortaya çıkarmamaktadır. Örneğin ortalama günde 20 tane sigara kullanan bir bağımlı, sigara kullanmaya ilk başladığından bundan çok daha az sayıda sigara içmektedir.

2. Yoksunluk belirtileri: Uzun süre yoğun bir biçimde kullanılan maddenin, kullanımı kesildiğinde veya azaltıldığında, kanda ve dokulardaki madde düzeyi düşmeye başladığında, ortaya çıkan fizyolojik ve bilişsel belirtiler ve bunlara eşlik eden uyumu bozan davranışsal değişikliklerdir. Bu hoş olmayan yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması ile kişi tekrar madde kullanarak bu belirtilerden kaçmayı veya hafifletmeyi sağlamaya çalışır. Kullanılan maddenin cinsine göre ortaya çıkan yoksunluk belirtileri farklılık gösterir. Alkol gibi bazı maddelerin vücuttan çekilmesi sırasında ortaya çıkan bu yoksunluk belirtileri yaşamı tehdit eder nitelikte olabilir.

3. Tasarlandığından daha uzun süre ve yüksek miktarlarda alınması: Kişinin madde kullanımını kontrol etme çabaları başarısızlıkla sonuçlanır. Kullanım miktar ve süresi kontrol dışı bir hal alır.
4. Sık ve başarısız bırakma girişimleri: Madde kullanımını kontrol etmek için girişilen bir diğer çaba bırakma girişimleridir. Bağımlılık düzeyine gelmeden önceki kontrollü kullanım dönemine dönme umudu ile bırakma girişimleri olur, ancak bu girişimler başarısızlıkla sonuçlanır.
5. Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için büyük zaman harcama: Tüm yaşam maddenin etkisinin yeniden tesis edilmesi ve bunun son kez olmasına karar verme çabası üzerine kurulu bir hal alır.
6. Madde kullanımı nedeni ile sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin azalması ya da tamamen bırakılması: Madde kullanımını sürdürmek ve madde kullanan arkadaşları ile daha çok zaman geçirmek için ailesi ile ilgili etkinliklerden ve özel zevklerinden uzak durur. İşine karşı ilgisi, işe odaklanması bozulur ve çalışma hayatında sorunlar yaşanmasına neden olur. tüm yaşam madde temini ve kullanımı etrafında döndüğü için kişinin kendisini sosyal, kişisel ve mesleki etkinliklerden kaçınma ve giderek daha büyük oranlarda kayıp yaşanmasına yol açar.
7. Zarar görmesine rağmen madde kullanımını sürdürme: Madde kullanımı giderek diğer tüm önemli etkinliklerinin yerini alır. Bunun sonucunda psikolojik, fiziksel ya da sosyal sorunlara yol açtığını bildiği halde madde kullanımını sürdürülür.

Alkol ve madde bağımlılığı tanısı kişiden alınan öykü, yoksunluk belirtilerinin gözlenmesi, idrar ve kan testleri ve saç testi ile konmaktadır. Bağımlılık tedavisi olan, düzelebilen bir hastalıktır. Maddesiz yaşamın yeniden inşa edilmesi ile birlikte, madde kullanımı sonucu oluşan kayıpların giderilmesi mümkün olmaktadır.

[Bağımlılık riskini arttıran çevresel etmenler nelerdir?](#)



Bağımlılık, bir davranışın veya madde kullanımının kontrolsüz ve sürekli olarak tekrarlanmasıdır. Bu durum, kişinin yaşamını olumsuz etkiler ve genellikle tedavi gerektirir. Bağımlılık, fiziksel ve psikolojik olarak kendini gösterir. Bağımlı kişiler, maddeyi kullanmadan yaşamı sürdürmek için zorlanır ve bu durum, sağlık sorunlarına yol açabilir.



Bağımlılık, genellikle uzun süreli kullanım sonucu oluşur. Bağımlı kişiler, maddeyi kullanmadan yaşamı sürdürmek için zorlanır ve bu durum, sağlık sorunlarına yol açabilir.



[Bağımlılık Tedavisine İlgili](#) daha fazla bilgi alabilmek için aşağıdaki linki tıklayabilirsiniz.