



GENÇLERDE MADDE BAĞIMLILIĞI

Özgürlüktür insanı var eden; özgürlük
peşinden koştığımız, uğruna
savaştığımız, kavga ettiğimiz,
gerektiğinde düşünmeden canımızı
verdiğimiz.

Özgürlük var olmaksızın bağımlılık yok
olmaktır.

Özgürlük hayattır. Bağımlılık ölmek
bile değil.

bağımlılık,

Birey ve nesne arasında bireyin seçimi ile kurulan bir ilişkidir.



Birey özerkliğini kaybeder.

Bireyin dağarcığında bulunmayan bir takım tutum ve davranışlar oluşur.



Madde kullanımı ise bağımlılık yapan maddelerin sahte iyi oluş hali elde etmek için vücuda dahil edilmesidir.

Bağımlılık kriterleri

APA (1994) tarafından yapılan klinik tanımda bağımlılık; 12 aylık bir dönem içerisinde aşağıdaki yedi belirtinin en az üçüyle tanımlanan, ilaçla bağlantılı geniş bir davranış örüntüsünü kapsamaktadır:

1. Tolerans geliştirme
2. Yoksunluk belirtileri yaşamak
3. Maddeyi amaçlanandan daha uzun bir süre ya da daha yüksek dozlarda kullanmak.

Bağımlılık kriterleri

4. Madde kullanımını azaltmayı ya da bırakmayı ısrarla istemek ya da sık sık bu yönde çabalar harcamak.
5. Zamanın büyük bir kısmını madde bulmaya ve kullanmaya ayırmak.
6. İlaç kullanımının bir sonucu olarak yaratıcı, mesleki ya da sosyal faaliyetleri azaltmak ya da bırakmaktır.
7. fiziksel ya da psikolojik sorunlar olsa bile, madde kullanımına devam etmek

MADDE BAĞIMLILIĞININ NEDENLERİ

- 1 Arkadaşlarına uyarlar: arkadaş baskısına dayanamazlar, kendi tercihlerini savunamazlar.
- 2 Sorunlarından kaçarlar: ancak sorunları daha da büyürler.
- 3 Merak ederler: ancak felaketle sonuçlanabilir
- 4 Bir kereden bir şey olmayacağını düşünürler: ama kimse bağımlı olacağım diye de başlamaz.
- 5 Kontrol edebileceklerine inanırlar: ancak kontrol bu maddelerin eline geçer. Her zaman zamanında durabilmek zordur.
- 6 Eğlenmek isterler: ama ileriye göremezler.
- 7 Farklı olmak isterler: sonunda gerçekten farklı olurlar.

MADDE BAĞIMLILIĞININ NEDENLERİ

- 8 İlacın Farmakolojik ve Fizyolojik Özellikleri: neşe, haz, hoşnutluk, mutluluk v.
- 9 Kişilik Özellikleri: iç gerilimleri fazla ve hayatları kendileri için tatmin edici olmayan, Sevgi, güven, saygı ve kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarına doyum bulamayanlar,
- 10 Sosyal çevre, etkileşimler ve arkadaşlık ilişkileri

BAĞIMLILIK YAPICI MADDELERİN ORTAK ÖZELLİKLERİ

1	Keyif Vericilik: Madde keyif verici etkileri “ödüllendirme” terimi ile ifade edilebilir. Rahatlama, yatışma, hoşnutluk gibi.
2	İlaç Arayışı Davranışı: kullanılan maddeyi şiddetle arzulama ve onu elde etmediği sürece kendini kötü hissetme ile kendini gösterir. özlemin şiddeti ve oluşma süreci maddenin tipine, kullanılış süresine ve kullanılış yoluna bağlı olarak değişir.
3	Tolerans Gelişimi: bir önceki dozda görülen etkinin sonraki aynı dozda aynı şiddetle görülememesi ve etki görebilmek için, dozun artırılması olarak tanımlanabilir. “çapraz tolerans” aynı gruptaki maddelere de tolerans gelişimi

BAĞIMLILIK YAPICI MADDELERİN ORTAK ÖZELLİKLERİ

- | | |
|---|--|
| 4 | Yoksunluk Sendromu Gelişimi: kullanılan maddelerin ani olarak kesilmesine bağlı olarak yoksunluk sendromu(Terleme, çarpıntı, titreme, uykusuzluk, bulantı, kusma, saldırganlık gibi) ortaya çıkar. |
| 5 | İkincil Hastalıkların Otaya Çıkması: AIDS, ciddi karaciğer ve böbrek hastalıkları, kalıcı beyin hasarları, ciddi psikozlar ve kanser gibi hastalıkların sıklığı bağımlılar arasında anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. |
| 6 | Yasak ve toplumsal Tepki: Alkol ve sigara dışında kalan maddelerin kullanımı ve pazarlanması kanunlarla yasaklanmıştır. |

Risk altındaki gruplar

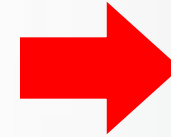
Nedenler

Ailevi
Çevresel
Genetik
Psikolojik



Riskli davranışlar

Şiddet eğilimi
Alkol, madde kullanımı
Evden kaçma
Riskli cinsel davranışlar
Okuldan kaçma
Sokakta çalışma
Sık yalan söyleme
Kendine ve çevreye zarar verme
Hiperaktivite, dikkat eksikliği



Sonuçlar

Suç işleme
Madde bağımlılığı
Sokakta yaşama
Okuldan atılma

Risk altındaki gruplar

Bağımlı ebeveynler ile ya da bağımlı davranışların kabul gördüğü çevre içinde büyüyen çocuklarda

Aile içi ilişkilerin bozuk olduğu, çatışmalı ailelerde

Alkol ve madde kötüye kullanımlarında, kalıtımın rolü çeşitli araştırmalarla gösterilmiştir

Oluşan bazı kişilik bozuklukları (Özellikle antisosyal, borderline, paranoid)madde bağımlılığı riskini artırabilmektedir.

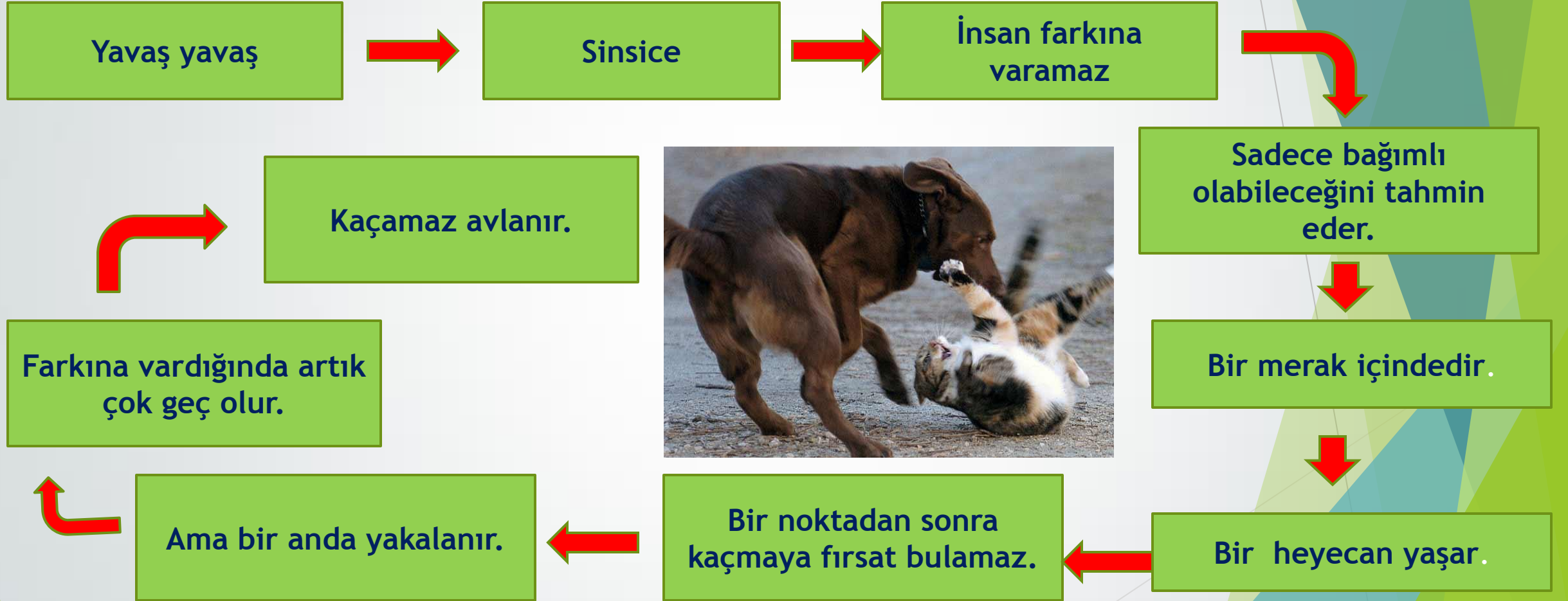
Bağımlılık süreci

“Belki kullanabilirim”
↓
“Korku ve merak”
↓
“Bir kereden bir şey olmaz”
↓
“Bir daha asla!”
↓
“Ben bağımlı olmam”
↓
“İstersem bırakırım”



“Bıraktım, bir daha başlamam”
↑
“Artık bırakacağım”
↑
“Bırakmak zorundayım!”
↑
“Bu meret bırakılmaz ki!”

BAĞIMLILIK NASIL GELİŞİR?



Bağımlılık sürecini etkileyen unsurlar

1	Kullanılan maddenin etkileme süresi
2	Kullanılan maddenin etki şiddeti
3	Kullanan kişinin yapısal özellikleri
4	Kullanan kişinin ruhsal yapı özelliği
5	Maddeye ulaşmanın ve maddeyi temin etmenin kolaylığı
6	Toplumsal çevrenin madde kullanımına karşı tutumu

BAĞIMLILIK YAPAN MADDELER

SİGARA VE ALKOL

SİGARA NEDİR?

Tütün, yapraklarında, tanen, zamk, nişasta, reçine, ve alkaloidler bulunan bir bitkidir. Bu alkaloidler içinde miktarı en fazla olan nikotin alkaloiddir. nikotin sulfat tuzlarında **tarımda böcek öldürücü olarak kullanılır.**

Bileşiminde **nikotin ve 4 bine yakın zehirli madde** bulunan tütün bitkisinin kıyılmış, kurutulmuş ve kullanılmaya hazır duruma getirilmiş yaprağından sigara yapılır.



SİGARA KULLANIMI

Tütün sigara olarak, pipo içinde, puro şeklinde içilerek veya yaprakları çiğnenerek dünya da ve Türkiye' de çok yaygın bir biçimde kullanılmaktadır. Yasalar tarafından ekimi ve fabrikalarca sigara vb. biçimlerde üretimi kısıtlanmadığından kullanımı artmıştır.



SİGARANIN VÜCUDA VERDİĞİ ZARARLAR

- ▶ **Sindirim sistemine etkisi;** gastrit ve ülser oluşumu.
- ▶ **Solunum sistemine etkisi;** akut ve kronik bronşit, astım, atelektazi, amfizem solunum güçlüğü
- ▶ **Kan damarlarına etkisi;** büzüşme, damar cidarı değişiklikleri ve tıkanıklık
- ▶ **Hamilelerde etkisi;** ceninde gelişme bozukluğu, anomaliler , düşük ,erken doğum, ölü doğum, düşük doğum ağırlığı, doğumda sonra ani bebek ölümleri, çocuğun uyumsuz



- ▶ **Hamilelerde etkisi;** ceninde gelişme bozukluğu, anomaliler , düşük ,erken doğum, ölü doğum, düşük doğum ağırlığı, doğumda sonra ani bebek ölümleri, çocuğun uyumsuz ve hiperaktif olması, çocukta kişilik ve konsantrasyon bozukluğu
- ▶ **Kadınlarda etkisi;** sigara içen ve doğum kontrol hapi kullanan kadınlarda kalp krizi(10 misli),beyin kanaması ve beyin kanaması ve bacaklarda trombeflebit riski önemli ölçüde artmaktadır, erken menepoz, kısırlık.
- ▶ **Erkeklerde etkisi;** cinsel güçsüzlük, kısırlık.
- ▶ **Genel etkisi;** ciltte erken kırışma ,kötü nefes kokusu, dişlerde ve tırnaklarda renk değişikliği, koku ve tat alma duyusunda azalma, katarakt,sosyal soyutlanma.

SİGARAYI BIRAKMA

Kullanıcılar nikotine oldukça bağımlı hale gelme eğilimindedirler. Bir araştırmada, sigara kullanan kişilerden sigaradan bir nefes duman çekebilmek için bir tulumbayı birkaç kez çekmeleri istenmiştir. Bir nefes duman için gerekli çekişlerin sayısı arttırıldığında, deneklerden çoğunun her nefeste içlerine daha fazla duman çektikleri gözlenmiştir. Bir denek 45 dakikalık bir sürede sadece iki nefes sigara için tulumbayı 14000 kez çekmiştir. Bu araştırma nikotine duyulan gereksinimin ne kadar güçlü ve nikotini bırakmanın ne kadar zor olduğuna işaret etmektedir.



ALKOL

- ▶ Alkollü içkiler, mayalanmış şekerli besinlerden bilinen yöntemlerle elde edilen maddelerdir. Alkollü içkiler, akli, şuur, etkilemek suretiyle sarhoşluk veren maddelerdir. her çeşit alkollü içkideki etil alkol miktarı değişik olup, alkol miktarı çoğaldıkça tahribatı ve sebep olacağı olaylarda o oranda artar. Alkolü bir süre kullananlarda ortaya çıkan alışkanlık haline alkol bağımlılığı veya alkolizm denmektedir.



ALKOLÜN KÖTÜYE KULLANIMI



Alkol bir *ilaçtır*

.....sosyal maliyeti oldukça yüksektir.

.....otomobil kazalarının üçe ikisinden fazlasında, ...bütün cinayetlerin üçte ikisinde

.....eş dövmelelerinin üçte ikisinde

.....şiddet içeren çocuk istismarının üçte ikisinden fazlasında

ALKOLÜN DAVRANIŞLAR ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Bir depresan olarak alkol, sinir sistemini tıpkı bir genel anestetik gibi yatıştırmaktadır .Bu yüzden, bazı insanlar gevşemek, duygu durumlarını iyileştirmek, sosyal durumlarda çekingenliklerini atmak ve günlük yaşamın stres ve kaygısını azaltmak için alkol kullanırlar.Paradoksal olarak, bir depresan olmasına karşın alkol, öznel açıdan bir stimulan gibi görölmektedir; çünkü beyindeki analitik yargı ve tepkisel kontrolü düzenleyen merkezleri ketlemektedir. İçki kullananlar için alkolizmin uzun vadedeki zararlı sonuçları, alkolün kendilerini daha cesur, daha az ketlenmiş ve daha atak yaptığı hissi gibi kısa vadeli olumlu sonuçlarından daha geri plandadır.

ALKOLÜN ZARARLARI

- Fizyoloji olarak alkol, ilk önce beynin ketlemede, mantık yürütmede ve yargılamada önemli rol oynayan frontal loplarnın etkilemektedir. Tüketim devam ettikçe alkol, denge ve motor merkezi olan beyinciği etkilemektedir. Sonunda alkol tüketimi omuriliği ve solunum, vücut ısısı, kalp atım hızı gibi istemsiz işleri düzenleyen medullayı etkilemektedir. Kan alkol düzeyinin %0,50 ya da daha yüksek olması sinir sisteminin bu bölümünün kilitlenmesine yol açarak, alkol zehirlenmesinden ölüme neden olabilir.



Alkol, algı, motor süreçler ve belleği tehlikeye atar.

Alkol görsel keskinliği, derinlik algısını, renkler ve parlak ışıklar arasındaki farkların algılanmasını azaltır; ilginç bir şekilde, alkol loş ışıklarını algılama yeteneğini arttırır görünmektedir.

İşitmenin yükseklik algısı gibi bazı yönleri alkol tüketiminden etkilenmemektedir, fakat farklı ritimler ve perdeleri birbirlerinden ayırt etme yeteneği, ilacın tek bir dozuyla bile bozulmaktadır.

Koku ve tat algıları daima azalır ve zaman algısı da bozulmuş bir hale gelir.

İnsanların büyük bir çoğunluğu, 'sarhoş' olduklarında zamanın daha çabuk geçtiğini hissettiklerini belirtmektedirler.

ALKOLÜN KADIN VE ERKEKLER ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Alkolün kadınlar üzerindeki etkileri erkekler üzerindeki etkilerinden daha mı güçlüdür?

Evet, çünkü aynı miktarda ki alkolün, zayıf bir insanda yaptığı etki kilolu birisinde yaptığı etkiden daha büyük olacaktır. Kadınların erkeklerden genel olarak daha hafif olmaları nedeniyle, aynı dozdaki alkolün ortalama bir kadın üzerindeki etkisi ortalama bir erkek üzerindeki etkisinden daha güçlüdür. Ancak araştırmalar ağırlığın etkisi ortadan kaldırılrsa bile, alkolün belirli bir dozunun kadınlar üzerinde erkeklere göre daha belirgin bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Niçin? Kana karışan alkol miktarı, midedeki bir enzim tarafından kontrol edilmektedir. Bedendeki bu enzimin miktarı ne kadar fazlaysa, bedene dağılmak üzere mideden kana karışan alkol miktarı da o kadar düşüktür.

BAĞIMLILIK YAPAN MADDELER

ESRAR



Sokaktaki isimleri: Kronik, Ot, Şifalı bitki, Yaramaz ot, Ganja, Cigaralık, Gey, Keyif, Sigaralık, Geye, Giya, Duman, Cenk, Tekli, Şeytan, İlaç, Derman, Plaka, Sarıkız, Mal

Esrar, yeşil, kahve, gri renklerde sapiyla ve tohumlarıyla kurutulmuş maydanoza benzer. Esrarın daha güçlü şekli olan haşhaş; kahve ya da siyah renkli keklere ya da toplara benzer. Esrar, genellikle geçiş maddesi olarak adlandırılır, sık kullanımı ile daha güçlü maddelerin kullanımına zemin hazırlar.

Nasıl kullanılır: Sigara, puro, pipo, nargile şeklinde içilir. Bazen yemeklere katılır ya da çay gibi pişirilir.

.

ESRAR



Sokaktaki isimleri: Kronik, Ot, Şifalı bitki, Yaramaz ot, Ganja, Cigaralık, Gey, Keyif, Sigaralık, Geye, Giya, Duman, Cenk, Tekli, Şeytan, İlaç, Derman, Plaka, Sarıkız, Mal

Kullanım İşaretleri: Yanan yaprak kokusuna benzer esrar kokusu en fark edilir işarettir. Her hangi bir davranış bozukluğu olması gerekmez fakat kullananlar uçar, kızarıklık gözlü, sakar, unutkan, iştahı artmış ve ilgisiz görünebilirler. Esrarın yarattığı unutkanlıklar "ekmek kafa" olarak adlandırılır.

Etkileri&Tehlikeleri: Esrar, duygu durumu ve koordinasyonu etkiler. Kalp hızını ve kan basıncını artırır. Kullanan kişilerde gözlerde kanlanma görülebilir, çok uykulu ya da fazla iştahlı olabilirler. Halüsinasyonlar görülebilir, paranoya gelişebilir. Esrar, sigara kadar akciğerler için zararlıdır, kullanan kişilerde öksürük, sık soğuk algınlığı görülür.

ECSTASY



Sokaktaki isimleri: XTC, X, E, Adem, Yuvarlak, Eks

Yeraltı faaliyetler gösteren kimyagerlerce tasarlanmış bir maddedir. Toz, tablet, kapsül şeklinde olabilir. Ekstazi, gençler arasında oldukça popüler olup dans kulüplerinde, konserlerde, çılgın partilerde kolayca bulunabilmekte ve kullananlar kısa sürede bağımlı olmaktadır.

Nasıl kullanılır: Ekstazi yutulur ya da bazen burun yoluyla alınır.

ECSTASY



Sokaktaki isimleri: XTC, X, E, Adem, Yuvarlak, Eks

Kullanım

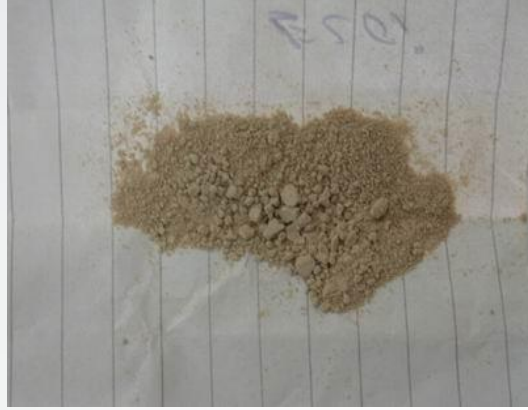
İşaretleri:

Ecstasy kullananların göz bebekleri genişler ve ışığa hassasiyet artar. Çeneyi sıkma ve diş gıcırdatma gözlemlenebilir. Duyum artar ve kullanıcılar çoğu zaman bunu dans etme isteği, konuşma ve dokunarak ile gösterir. Kullanıcılar çoğu zaman abartılı şefkat hareketleri gösterebilir.

Etkileri&Tehlikeleri:

Bu ilaç hallüsinojen özelliği ile uyarıcı özelliği birleştirir, tüm pozitif ve negatif duyguların daha yoğun yaşanmasına sebep olur. Kullanıcılar ciltte gıdıklanma benzeri bir duygu yaşarlar, kalp hızında artma olur. Ekstazi ağızda kuruluk, kramplar, bulanık görme, titreme, terleme, bulantıya sebep olabilir. Bir çok kullanıcı depresyon, paranoya, anksiyete, şaşkınlık hali yaşayabilir.

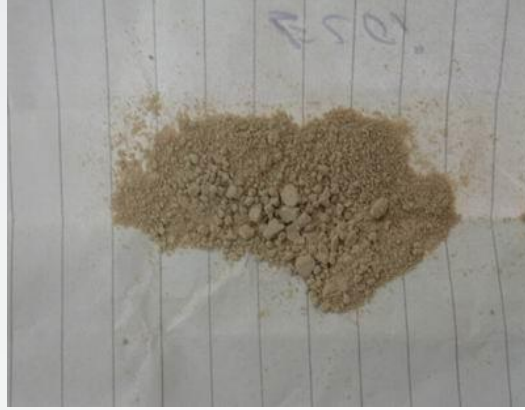
EROİN



- ▶ Eroin, haşhaş bitkisinin kurutulmuş sıvısından elde edilir, bu sıvı aynı zamanda narkotikler olarak adlandırılan kodein morfin gibi ağrı kesicilerin elde edilmesinde de kullanılır. Eroin beyazdan koyu kahveye kadar değişen renklerde ve yapışkandan kafran benzeri maddeye kadar değişen kıvamlarda olabilir.
- ▶ **Nasıl kullanılır:** Enjeksiyon yoluyla, sigara gibi içilerek veya solunum yoluyla kullanılabilir.

Sokaktaki isimleri: At, Büyük H, Şamar, Abur cubur, Beyaz, Mal, Tiş, Peynir, Vayt(White), Vuruş, Eyç(H), Koreks, Cank(Junk), Dalga, Adres, Paket, Staf, İlaç

EROİN



Kullanım İşaretleri: Eroin kullanan kişi uyuşuk görünür ve dalar, kusar, kaşınır veya göz bebekleri toplu iğne başı gibi küçülür. Yoksunluk çeken eroin bağımlıları genellikle hoş olmayan, üşütmeye benzer bulgulardan yakınırırlar.

Etkileri&Tehlikeleri: Baş dönmesi, bulantı, mide krampları, kusma görülebilir. Kullanan kişiler yeniden iyi hissetmek için eroin kullanma ihtiyacı hissederler. Uzun dönem kullanımda eroin vücudu istila eder. Kronik kabızlık, cilt kuruluğu, solunum problemleri, damarlarda zedelenmeye neden olur. Eroini enjeksiyon yoluyla kullananların genellikle damarları iflas eder, özellikle ortak enjektör kullananlarda HIV, bakteriyel endokardit (kalbin iç duvarının iltihabı), hepatit B,C gibi öldürücü enfeksiyon riski vardır.

Sokaktaki isimleri: At, Büyük H, Şamar, Abur cubur, Beyaz, Mal, Tiş, Peynir, Vayt(White), Vuruş, Eyc(H), Koreks, Cank(Junk), Dalga, Adres, Paket, Staf, İlaç



Resimdeki 12 kare tek bir insana aittir. Bu kadının kullandığı daha doğrusu bağımlı olduğu maddenin adı "eroindir".

KOKAİN ve CRACK



Sokaktaki isimleri: Kok, kar, darbe, burun şekeri, beyaz, büyük C, Crack, Kaya

Kokain, koka bitkisinin kurutulmuş yapraklarından elde edilen kristal bir tozdur.

Crack, ısıtıldığında çıtırtılar çıkartması nedeniyle bu isimle adlandırılmıştır. Kokainden elde edilir. Beyaz ya da koyu sarı renkli topaklar halindedir.

Nasıl kullanılır: Kokain, burun yoluyla ya da enjekte edilerek kullanılır. Crack, sigara gibi içilir.

KOKAİN ve CRACK



Sokaktaki isimleri: Kok, kar, darbe, burun şekeri, beyaz, büyük C, Crack, Kaya

Kullanım İşaretleri: Kokain veya crack kullanan bir kimse normal bir insandan daha enerjik gözükür, konuşur, sürekli kıpırdanır, ve normalden daha fazla çenesini sıkır. Aynı zamanda tetikte olurlar ve hep etraflarına bakarlar.

Etkileri&Tehlikeleri: Kokain merkezi sinir sistemini etkileyen, kullanan kişiye hızlı ve yoğun bir şekilde güç ve enerji veren bir uyarıcıdır. Burun yoluyla alındığında 15-30 dakika içerisinde, sigara olarak alındığında 5- 10 dakika içerisinde etki gösterir. Kokain kalp hızını, solunum hızını, kan basıncını, vücut ısısını artırır. Ortak enjektör kullanılırsa kokain hepatit ya da AIDS'e sebep olabilir. Burun yoluyla alındığında burun içerisinde delik açılmasına sebep olabilir. İlk kez kullanımda gençlerde dahi solunumun durmasına, ölümcül kalp krizlerine neden olabilir.

KETAMİN



Sokaktaki isimleri: K, Özel K, Vitamin K, Kedi Nerviumu

- ▶ Ketamin hidroklorid insanlarda küçük cerrahilerde, hayvanlarda ise sakinleştirici olarak kullanılan hızlı etki eden bir anesteziktir.
- ▶ **Nasıl kullanılır:** Ketamin genellikle buruna çekilebilen toz halindedir. Kullanan kişiler genellikle ekstazi, kokain, marihuana ile birlikte kullanırlar.

KETAMİN



Sokaktaki isimleri: K, Özel K, Vitamin K, Kedi Nerviumu

- **Kullanım İşaretleri:** Ketamin almış veya verilmiş bir kişi çok sarhoş bir kişiden daha fazla sakarlaşır - tehlikeli biçimde - çünkü kişi uyarılmış ve fiziksel tehlikeler tarafından uzak hisseder. Konuşmaları kayar, manasız konuşur ve kafası karışmış gibi görünür.
- **Etkileri & Tehlikeleri:** Kullanan kişilerde halüsinasyonlar olabilir, zaman ve gerçeklik duygularını kaybedebilirler. K deliliği olarak da bilinen ketaminle yapılan bu yolculuk 2 saat kadar sürebilir. Kullanan kişilerde mide bulantısı kusma görülebilir. Düşünme ve hafıza ile ilgili problemler yaşanabilir. Yüksek dozda ketamin hareket problemlerine, vücutta uyuşukluğa, solunumda yavaşlamaya neden olabilir. Doz aşımında solunum durması ve ölüm görülebilir.

METAMFETAMİN



Sokaktaki isimleri: Hız (Speed), yukardakiler (Uppers)

- ▶ Metamfetamin, anfetamin ailesinden gelen, Ritalin, Adderal, ve Dexedrin gibi bir çok reçeteye satılan ilaçlarda da bulunan, beyin ve vücutta bir çok fonksiyonu canlandıran yasadışı bir uyarıcıdır. Hap ya da tablet formundadır. Zayıflama amacıyla kullanılan bazı haplarda bu grupta yer alır.
- ▶ **Nasıl kullanılır:** Metamfetaminler yutulur, solunum yoluyla alınır ya da enjekte edilirler.

METAMFETAMİN



Sokaktaki isimleri: Hız (Speed), yukardakiler (Uppers)

Kullanım İşaretleri: Sık ve/veya ağır kullanıcılarda göz bebeklerinde büyüme, sürekli konuşma, terleme, diş gıcırdatma, halsizlik ve titremelere rastlanabilir. Kişi sinirli veya rahatsız bir hale gelebilir. Bazı ağır kullanıcılar paranoid olabilir ve özellikle işitsel halüsinasyonlar görebilir.

Etkileri&Tehlikeleri: Bu maddeler, yutulduklarında ya da burun yoluyla alındıklarında kullanan kişileri derhal etkileyerek kendilerini güçlü, uyarılmış, enerjik hissetmelerini sağlarlar. Kalp hızını, solunumu, kan basıncını arttıırırlar, terleme, titreme, baş ağrısı, uykusuzluk, bulanık görmeye neden olabilirler. Uzun süre kullanımları halüsinasyonlar ve yoğun paranoyaya sebep olabilir.

GHB



Sokaktaki isimleri: Sıvı ekstazi, G, Georgia, Ev Erkeği

- ▶ Gama hidroksi butirat anlamına gelen GHB genellikle evlerin bodrumlarındaki laboratuvarlarda üretilir ve genellikle kokusuz ve renksiz sıvı halindedir. Popülaritesini dans kulüpleri ve çılgın ekstaziye alternatif olarak kazanmıştır.
- ▶ **Nasıl kullanılır:** Sıvı ya da toz halinde suya karıştırılıp içilerek veya tablet şeklinde yutularak kullanılır.

GHB



Sokaktaki isimleri: Sıvı ekstazi, G, Georgia, Ev Erkeği

- **Kullanım işaretleri:** Alkole benzer etkilerinden dolayı, kullananlar sarhoş gibi görünebilirler. Rahatlamış, daha konuşkan görülebilir ve sanal sosyalleşme gerçekleşir, dansa olan ilgileri artar ve coşkuya kapılırlar.
- **Etkileri&Tehlikeleri:** İlacın ciddi bulantı, solunum problemleri, kalp hızında azalma, nöbetler gibi pek çok ciddi yan etkisi mevcuttur. GHB tecavüz niyetiyle kullanılabilir, renksiz ve kokusuz olduğundan kolaylıkla içeceklere karıştırılabilir. Yüksek dozlarda kullanan kişilerde dakikalar içerisinde bilinç kaybı olur. GHB doz aşımında, hastanede acil müdahaleye ihtiyaç vardır. Doz aşımı, bir saat içerisinde komaya, solunum durmasına ve ölüme neden olabilir. GHB (düşük dozlarda bile) alkolle karıştırıldığında tehlikeli olabilir, bir kere kullanımı bile ölümcül olabilir.

LSD



Sokaktaki isimleri: Asit, dozlar, mikro noktalar, kurutucu

- ▶ LSD (Liserjik asit dietilamid) laboratuvar koşullarında üretilen halusinojen ve duygu durum değişikliğine yol açan bir maddedir. Renksiz, kokusuz, tatsızdır.
- ▶ **Nasıl kullanılır:** Kurutma kağıdından yalanarak ya da çekilerek kullanılabilir. Kapsül ve sıvı halde ise yutulabilir.

LSD



Sokaktaki isimleri: Asit, dozlar, mikro noktalar, kurutucu

- **Kullanım İşaretleri:** Bazı kişiler, LSD'nin etkisi altında iken çok değişken duygusal tepkiler de verebilir. Diğer kişiler ile konuşmada ve ilişkide zorlanmalar görülebilecek diğer etkilerdendir.
- **Etkileri&Tehlikeleri:** Halüsinasyonlar, 30-90 dakika içerisinde ortaya çıkmaya başlar. İnsanların duyularını bozar, renkler görülür, sesler işitilir, eriyen duvarlar, zaman kavramının yitilmesi gibi deneyimler yaşanır. Etkilerin ne olacağını önceden kestirmek imkansızdır, bu alınan LSD miktarına ve kullanan kişiye göre değişir. Kötü yolculuklar (bad trip) denen durumlar nedeniyle panik ataklar, şaşkınlık hali, depresyon, ürkütücü delüzyonlar gibi deneyimler yaşanabilir. Fiziksel riskleri; uykusuzluk, konuşmada bozulma, nöbetler, koma, kalp hızında artmadır. Kullanan kişiler, bu maddeyi bıraksalar bile ilerdeki zamanlarda LSD ile yaşadıklarına benzer geri dönüş (flashback) deneyimleri yaşayabilirler.

BONZAI



- Bonzai, laboratuvar ortamında ot ve benzeri maddelerin kimyasal likitlerle spreylenece sonuce oluşturulan normal marihuananın içinde bulunan THC maddesi gibi bir etki yapması beklenen bir uyuşturucu turdr.

BONZAI



► **Nasıl kullanılır:** İki şekilde tüketilir;

1. Madde kendi başına ya sigara gibi sarılır ya da pipo veya bong (nargile benzeri bir alet) yardımıyla

2. Madde tütün veya normal marihuana ile karıştırılarak sigara gibi sarılarak içilir.

BONZAI



Sokaktaki isimleri: Asit, dozlar, mikro noktalar, kurutucu

- **Kullanım İşaretleri:** keyif artması, rahatlama ve algılama, aşırı anksiyete, paranoya ve halüsilasyon gibi.
- **Etkileri&Tehlikeleri:** Halüsinasyonlar, 30-90 dakika içerisinde ortaya çıkmaya başlar. İnsanların duyularını bozar, renkler görülür, sesler işitilir, eriyen duvarlar, zaman kavramının yitirilmesi gibi deneyimler yaşanır. Etkilerin ne olacağını önceden kestirmek imkansızdır, bu alınan LSD miktarına ve kullanan kişiye göre değişir. Kötü yolculuklar (bad trip) denen durumlar nedeniyle panik ataklar, şaşkınlık hali, depresyon, ürkütücü delüzyonlar gibi deneyimler yaşanabilir. Fiziksel riskleri; uykusuzluk, konuşmada bozulma, nöbetler, koma, kalp hızında artmadır. Kullanan kişiler, bu maddeyi bıraksalar bile ilerdeki zamanlarda LSD ile yaşadıklarına benzer geri dönüş

BONZAI



Etkileri&Tehlikeleri: kullanıcıların semptomlar arasında;

- Kalp çarpıntıları,
 - Kusma, heyecan,
 - Aşırı sözel veya motor hareketlilik o amaçsız huzursuzluk, o ellerini ovuşturma, o giysileri oynama, o volta atma, o bağırıp çağırma, o hayıflanma, o inleme gibi sürekli tekrarlanan,
 - Aşırı terleme,
 - Bilinç bulanıklığı,
 - Halüsilasyonlar vardır.
-
- Yüksek kan basıncı,
 - Kalbe giden kan akışını yavaşlatmış ve kalp krizi
 - Mide bulantısı,
 - Kusma,
 - Aşırı anksiyete,
 - Kriz ve nöbetlerdir.

aktardığı

İÇE ÇEKİLEN MADDELER



İçe çekilenlerin kullanımıyla özdeşleşmiş genel sokak terimleri: çekme, koklama, bulut, duman olarak sıralanabilir.

- ▶ Uçucular, solunum yoluyla burundan ya da ağızdan kullanıldıklarında çok çabuk etki gösterirler. Evde kullanılan yapıştırıcılar, tinerler, kuru temizleme sıvıları, gazolin, saç spreyleri, deodorantlar, sprey boyalar, düzelticiler bu grupta yer alırlar.

- ▶ **Nasıl kullanılır:** Uçucular, orijinal kaplarından, plastik torbalardan buruna çekilerek ya da bir bez yardımıyla ağızdan solunum yoluyla kullanılırlar.

İÇE ÇEKİLEN MADDELER



İçe çekilenlerin kullanımıyla özdeşleşmiş genel sokak terimleri: çekme, koklama, bulut, duman olarak sıralanabilir.

- **Kullanım işaretleri:** İçe çekici madde kullanan bir kimsenin gösterdiği belirtiler aşırı alkol tüketimindeki belirtilere benzemektedir: sarhoş veya karmaşık davranış, konuşmanın kayması gibi. Ek olarak içe çekici madde kullanan kişilerin ağızlarında ve kıyafetlerinde kimyasal koku, boya lekeleri mevcuttur. Son olarak çevrelerinde kimyasal madde atıklarına, boya kutularına, kimyasal maddelere bulanmış bez parçaları ve kıyafetler bulunabilir.
- **Etkileri&Tehlikeleri:** Uzun zamandır kullananlarda baş ağrısı, burun kanaması, duyma ve tat kaybı görülebilir. Uçucular ciddi toksik reaksiyonlara, ölüme yol açabilecek en sık kötüye kullanılan maddeler arasındadır. Bir kez bile uçucu maddeyi kullanmak öldürebilir.

ROHYPNOL



Sokaktaki isimleri: Roç, Şeker, Ropil, Arse, Papik, Unut-beni ilacı, Royipnol

- ▶ Rohypnol, ucuz olup popülaritesi gittikçe artan bir ilaçtır. Paketleniş şekli nedeniyle pek çok genç zararsız bir ilaç olduğunu düşünmektedir.
- ▶ **Nasıl kullanılır:** İlaç olarak yutulur, bazen diğer ilaçlarla ve alkolle birlikte alınır.
- ▶ **Etkileri&Tehlikeleri:** Tansiyon düşüklüğüne, hafız kaybına, baş dönmesine, mide bulantısına sebep olabilir. Depresan grupta yer almasına rağmen, bazı insanların fazla heyecanlı ya da sinirli olmasına yol açabilir.

MADDE KULLANIMI VE BAĞIMLILIKTA TEDAVİ

Madde kullanımı ve bağımlılık tedavisinde çeşitli yaklaşımların farklı yeri ve önemi vardır. Alkol ya da madde kullananların tümüne etkili tek bir yaklaşımdan söz etmek mümkün değildir.

İyileşmeyi birçok etmen etkilemektedir. Bunlar arasında tedavi süreci ve tedaviye uyum, yardım arayan kişinin özellikleri, tedavi olmayı gerçekten isteyip istemediği, sorunların özelliği ve bütün bunlar arasındaki etkileşim sayılabilir. Tedaviye uzun süreli uyum ile başarı arasında doğrusal bir ilişki vardır. Alkol ya da madde kullanılmayan süre uzadıkça, hayatın diğer alanlarındaki işlevler de düzelmektedir.

BAĞIMLILIK TEDAVİSİNDE TEMEL İLKELER

Karar Vermek:

Tedaviye karar vermek bağımlı için çok önemli bir süreçtir. Karar verme tek bir aşamadan oluşmaz. Kişi önce madde kullanımının kendisine getirdiği zararların haberi yoktur ya da bunların farkında değildir. Daha sonra farkındalık dönemi gelir. Kişi artık madde kullanımının kendisi için zararlı olduğunu kabul etmektedir. Ancak henüz bırakıp bırakmamaya karar verememiştir. Bu noktadan sonra madde kullanmayı bırakmaya karar verme aşaması gelir.

İstekli Olmak:

Kişinin maddeyi bırakmaya istekli olması gerekir. Birçok bağımlı madde kullanmayı bırakma isteğini belirtmektedir. Ancak isteğin belirtilmesi yeterli değildir.

Değişmeye Karar Vermek:

Bağımlılık tedavisinde esas olan kişinin yaşamını ve kendisini tümüyle değiştirmeye karar vermesidir. bağımlılık bir bütündür. Kişinin bütün yaşamı içine girmiştir. Yaşadığı ortam, arkadaşları, ailesi ve içi önemli belirleyicilerdir. Sözkonusu olan bu diş etkenler ötesinde kişi kendi düşünce ve davranışlarını değiştirmeyi ve duygularını yönlendirmeyi öğrenmelidir.

TEDAVİ YÖNTEMLERİ

- Detoksifikasyon
- Bireysel ve grup terapileri
- Kısa girişimler
- Kendine yardım grupları

Tedavinin Temel Hedefleri:

- ✓ Hastanın kimyasal bir maddeye bağımlı olduğunu anlamasını sağlamak.
- ✓ Bağımlılığın belirtilerini hastanın deneyimlerine uygun biçimde göstermek.
- ✓ Madde kullanımı için duyduğu şiddetli isteğin farkına varmasını sağlamak.
- ✓ Hastayı temiz kalmak için cesaretlendirmek ve motive etmek.
- ✓ Yaşamsal sorunlarıyla başa çıkmada madde kullanımına başvurduğunu ve madde kullanımının sorunlarını çözmede yetersiz olduğunu anlamasını sağlamak.
- ✓ Bağımlıya yeni ve daha etkili sorun çözme yöntemleri kazandırmak.
- ✓ Hastanın kendilik imajının düzeltmesine yardımcı olmak.

Her Görüşmede Yapılması Gerekenler:

- ✓ İdrar ve kan analizleri
- ✓ Son görüşmeden sonra neler olup bittiği sorulmalıdır.

Tedavide Atılması Gereken Temel Adımlar:

- ✓ Tedavi öncesinde hastayla tedavinin kuralları konuşmalıdır.
- ✓ Bağımlılık kavramı üstünde durulmalı
- ✓ Eğer kişinin yaşam biçimi düzensizse o zaman terapist hastaya zamanını düzenleme konusunda yardımcı olmalıdır.

BAĞIMLILIKTA TEDAVİNİN AŞAMALARI

1) TEDAVİYE YÖNLENDİRME

Tedaviye yönelme oldukça önemli bir aşamadır. Kişi kendisi istemedikçe ona zorla kullandığı maddeyi bıraktırma şansı yoktur. Bu nedenle kişinin maddeyi bırakma yönünde motive olması gerekir. Motivasyonel görüşme teknikleri ve tedavisi son yıllarda büyük önem kazanmıştır. Kısa süreli bir yöntem olan motivasyonel artırma tedavisi, madde kullanan kişinin maddeyi bırakmaya karar vermesini sağlamak için iyi bir araç olmaktadır.

2) BİYOLOJİK DESTEK PROGRAMI

Hem fiziksel hem de psikiyatrik tedaviyi kapsar. Madde kullanım bozukluğu olanlarda fiziksel hastalık gelişme riski yüksektir.

Kişilerin psikiyatrik ve tıbbi değerlendirilmeleri ve tedavilerinin düzenlenmesinin ardından psikolojik ve sosyal desteğe yönelik terapi programlarına geçilir.

3) PSİKOLOJİK DESTEK PROGRAMI

a. Bilişsel Davranışçı Terapi

b. Kısa Danışmanlık

c. Psikoteknik Uygulamalar:

- ✓ Neurobiofeedback (sinirsel ve bedensel geribildirim tekniği)
- ✓ RehaCom

d. Rehabilitasyona Yönelik Terapiler:

- ✓ Meşguliyet terapileri (Ergoterapi)
- ✓ Sanat terapileri
- ✓ Müzik terapi (müzikle tedavi)

MADDE BAĞIMLILIĞI TEDAVİSİNDE GÜÇLÜK YARATAN DURUMLAR

- ✓ Alkol ya da madde kullanan hekim
- ✓ Bağımlılık yapan maddelerin reçetelenmesi
- ✓ Antisosyal davranışlar
- ✓ İmpulsivite
- ✓ İntihar düşünceleri
- ✓ Öfke
- ✓ Aile içi çatışma

ÇOCUKLARIN MADDE KULLANMASINI ÖNLEMEDE GENEL İLKELER

Değerlerinizi
i Ona
Öğretin

İyi Bir
İletişim
Kurmayı
Öğrenin

Ona Sorun
Çözme
Becerisi
Kazandırın

Sosyal
İlişkiler
Geliştirin

Arkadaşlık
Kavramını
Oluşturun

ÇOCUKLARIN MADDE KULLANMASINI ÖNLEMEDE GENEL İLKELER

Ona “Hayır”
Diyebilmeyi
Öğretin

Seçim
Yapabilmeyi
Öğretin

Sorumluluk
Kazanmasını
Sağlayın

Sınırları İyi
Çizin



ÖNLEM İÇİN HANGİ DÖNEMDE NE YAPMAK GEREKİR



MADDE KULLANAN KİŞİNİN ANLAŞILMASI

- ▶ En kesin yöntem kan ve idrar testleri
- ▶ Dış görünüşüne özenmemesi
- ▶ Hareketlerinde yavaşlama ve sürekli yorgun olması
- ▶ Yemek yemesinde alışılmışın dışında değişiklikler meydana gelmesi
- ▶ Ařırđ sinirli olması

Ancak ergenlik döneminin doğal özellikleriyle bu belirtilerin benzeşirler.

Madde Kullanan Kişiyi Aile Nasıl Anlar?



Aile ilişkilerini azaltır ve evde daha az vakit geçirir.

Her zamankinden daha fazla para harcamaya başlar.

Yeni arkadaşlar edinmeye başlar.

Çevre ve arkadaşlar eski önemlerini yitirir.

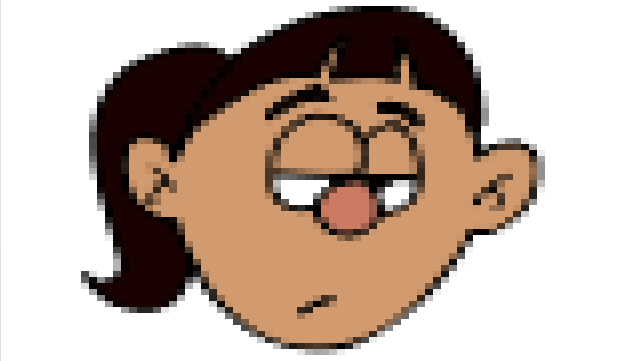
Hafif uykulu ve yorgun gözükebilir.

Okula devamı azalmaya, başarısı düşmeye başlar.

Sözel iletişimde farklılaşma gözlenebilir.

Yeme alışkanlıkları bozular, kilo kaybedebilir.

Daha sinirli olabilir.



Madde Kullanan Öğrenciyi Öğretmen Nasıl Anlar?



Ders başarısı düşer

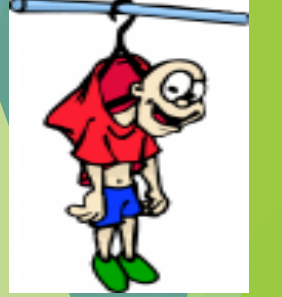
Dikkati yoğunlaştırmada güçlük çeker.



Okuldaki arkadaş grubu değişebilir.

Kendisine olan özeni azalabilir, çevre ve arkadaşlar eski önemlerini yitirebilirler.

Hafif uykulu, halsiz ve yorgun gözükebilirler.



Okula devamı azalmaya, başarısı düşmeye başlar.



MADDE KULLANAN ÖĞRENCİYE NASIL YAKLAŞABİLİRSİNİZ?

Etiketlemeyin

Önyargılarınızdan etkilenmeyin

Ona destek ve yardımcı olmak istediğinizi hissettirin

Öğrenci madde etkisinde ise sessiz bir yerde kendine gelmesini bekleyin (Yalnız bırakmayın)

MADDE KULLANAN ÖĞRENCİNİN ANNE-BABASINA NASIL YAKLAŞABİLİRSİNİZ?

Eğer sadece şüpheleniyorsanız önce kuşkularınızı destekleyecek bilgiler edinin.

Konuşmanın özel olduğunu ve mutlaka gelmeleri gerektiğini dile getirin.

Size güvenmelerini sağlayın. Genç evdeki davranışları, arkadaşlarıyla ilgili bilgi alın.

Geldiklerinde genel olarak madde bağımlılığından söz ederek konuya girin.

Genç hakkındaki endişelerinizi ve bunları destekleyecek bilgilerinizi aktarın.

OKUL POLİTİKALARI

Sigara İçin Okul Politikaları

Alkol İçin Okul Politikaları

Maddeler İçin Okul Politikaları

ACİL DURUMLARDA

Soğukkanlılığınızı koruyun.

Sakinleştirmeye ve ona güven vermeye çalışın.

Eğer bilincini kaybetmişse yan yatırın ve soluk aldığından emin olun.

Gerginlik hali ya da tepkisizliği devam ederse acil servisi (112) arayın.

Kullandığı ilaçları, maddeleri ya da tozları toplayın ve doktoruna verin.

TEŐEKKÜRLER...