

Uyusturucu Bağımlılığı

(Drogenabhängigkeit)

◆ Herkesin zararlı olduğunu bildiği halde neden insanlar uyusturucu kullanırlar?

Uyusturucu kullanımının sebepleri her insana göre özel ve farklı olabilir. Başlangıçta bu sebepler genelde kendini iyi hissetmek, belki bir uçma hissine sahip olabilmek, günlük yaşamdan uzaklaşmak veya arkadaşlarla güzel bir vakit geçirmek için olabilir. Özellikle gençler yeni tecrübeler yaşayama arayışında daha büyük riskleri göze alabilmekte, yeni ve riskli denemelere açık olmaktadır. Genelde arkadaş çevresi tarafından tavsiye edilen uyusturucular ilk etapta çok güzel duygular yaşanmasına yol açmaktadır. Çoğu kez kişisel problemler uyusturucunun etkisi altında daha az rahatsız edici ve daha hafif görünürler veya bazı olaylar olduğundan daha basit algılanırlar. Örneğin hiperaktif gençler esrarın etkisinde daha sakin olurlar. Çekingen kişiler ise ekstazi gibi aktive edici uyusturucuların etkisi altında kendilerini daha kolay açabilmektedirler. Başlangıçtaki pozitif tecrübeler uyusturucu tüketiminin tekrar edilmesine sebep olmakta ve uyusturucunun zararlı etkilerine dair var olan bilgiler bastırılmaktadır. Bağımlılığa doğru giden gelişmenin tehlikesi çoğunlukla hafife alınmaktadır.

◆ Uyusturucu madde kullanımında beyinde neler oluyor? Ne zamandan itibaren uyusturucu bağımlılığı ortaya çıkıyor?

Yasal veya yasadışı her uyusturucu madde beyinde bir sinirsel sinyal taşıyıcısı olan Dopaminin dağılımına etki eder ve böylece beyinde bir ödül olarak hissedilir. Uyusturucu madde kullanımı fark ettirmeden haince sinir hücrelerinde uyusturucu isteği uyandıran, uyusturucu aleminin tekrarını motive eden uzun süreli değişiklikler oluşturur. Önceleri uyusturucu bağımlıları uyusturucu madde alıyorlar veya “arzuluyorlar” diye coğunlukla “irade zayıflığıyla” suçlanırlardı. Günümüzde ise nörobiyolojik araştırmalar sayesinde bu istegin uyusturucu madde tarafından hastalıklı bir biçimde degistirildiği artık bilinmektedir. Tüketim üzerindeki kontrol yetisi beyindeki değişiklikler dolayısıyla sınırlı hale gelmekte veya ortadan tamamen kalkmakta, ilgi alanı sadece Uyusturucu maddeye indirgenmektedir. Bağımlılığın olusum gelismesi sirasinda bazi fiziksel ve psikolojik yoksunluk belirtileri ortaya cikmaktadır, istemek ancak yeniden alim ile dindirilen talep etmeye dönüşür. Daha tatmin edici etkiye ulaşabilmek için uyusturucu maddenin dozu yükseltmek zorundadır. İsyeri kaybi veya hayat arkadasiyla olan sorunlar gibi uyusturucunun negavit ve sagliga zararli sonuclari bile kisiyi uyusturucu alimindan alikoymaya yetmemektedir. Eger bütün bu saydigimiz kiriterlerin bir cogu olusmus ise o zaman bir bagimlilik durumunun varligini göz önünde bulundurmak zorundayiz. Bu problemin kisinin kendisi tarafından farkina varilmasi zor ve uzun bir sürectir. Kisinin kensisinin bu durumu algilaması uyusturucunun etkisiyle manupule edilmekte, genelde de uyusturucu tüketiminin sonuclari uzun süre hafife alınmakta ve masum gösterilmektedir. Uyusturucu kullanicisinin bu durumu derinden düşünmesi için etrafındaki insanların uyarici görüşleri ve hatta büyük ölçüdeki baskıları bilinçlenme sürecini hızlandırabilir.

◆ Uyusturucu maddelerin etkileri ve tehlikeleri arasında farklılıklar var mıdır?

Her uyusturucu madde iceriginin bahsedilen benzerliklerinin yaninda tabiki cok cesitli farklılıkları da vardır. Eroin ve sivi ekstazi gibi uyusturucu maddeler çok kısa süreli düzenli kullanımdan sonra fiziksel bir bağımlılık yaratırlar. Esrar ise cogu kullanicida çok uzun süren tüketimden sonra fiziksel bir bağımlılığa yol acmak-

tadır. Ekstazi epilepsi nöbeti gibi yasami tehlikeye düşüren zorluklara yol açabilmekte, ayrıca bu madde beyindeki sinir hücrelerini zedelemektedir. LSD (Liserjik Asid Dietilamid) bir psikoza sebep olabilmektedir; buna karsin asiri şekilde bağımlılık yapan opiat denen afyonlu ilaçlar vücuda başlangıçta yüksek doz alımında hemen zarar vermemektedirler. Bunlar daha çok çok yüksek doz alındığında, hijyensiz ıgne yapıldığında veya vücuda karşı ihmalkarlıkta hasarlara yol açmaktadırlar. Bu bröşürün sınırları içinde daha ayrıntılı bilgi vermek mümkün olmamakla birlikte www.drugcom.de veya www.pille-palle.net gibi internet sayfaları bu konuda detaylı ve kaliteli bilgiler sunmaktadırlar. Bir bağımlılık probleminin gelişmesinde uyusturucu maddelerinin ayrı ayrı farklılıklarından ziyade kullanıcının kendisi ve sosyal çevresi çok daha önemlidir. Uyusturucu bağımlılığında genetik faktörler, aile bireylerindeki bağımlılıklar, eğitim etkisi, ağır gelen kötü yasalar, psikolojik problemler ve de yas faktörü büyük rol oynamaktadır. Özellikle çocuklar ve gençler henüz beyin gelişimleri tamamlanmadığı için yetişkinlere göre daha büyük bir tehlike altındadırlar.

◆ Uyusturucu bağımlıları için hangi tedavi imkanları vardır?

Uyusturucu bağımlılığı kroniklesen ve genellikle ömür boyu süren bir rahatsızlıktır. Hastalığın her ayrı aşamasına uygun tedavi imkanları vardır ve bunlar çok yararlıdır. Uyusturucu kullanıcıları uyusturucu tüketimiyle onun oluşturduğu problemler arasındaki bağlantıyı kavrayabilmeleri için coğunlukla uzun bir zamana ihtiyaç duymaktadırlar. Bu nedenle hastalık sürecindeki en önemli amaç uyusturucu tüketicisinin bu bağlantıya dair fikrini düzeltmek, motivasyonunu desteklemek, bir çok problemin sebebi olan bağımlılığa karşı harekete geçmesine yardımcı olmaktır. Uyusturucu madde kisinin kendisi için kafasında birşeyler planlamasını kolaylaştırırsa da ancak arındırma tedavisinden sonra kişi güncel durumu ve gelecekteki hayatı için gerçekçi değerlendirmeler yapma imkanına sahip olmaktadır. Uyusturucudan arındırma tedavisi genelde psikiyatri hastanelerinin özel bölümlerinde yatarak uygulanmaktadır. Coğu uyusturucu bağımlısı ve bağımlı yakınları arındırma tedavisinden sonra “başardık” ve “iyileşildi” diye düşünmektedirler. Böyle düşünerek maalesef psikolojik bağımlılığı ve yeniden başlama tehlikesini küçümsemektedirler. Yukarıda bahsedilen, bağımlılığın oluşmasına yol açan risk faktörleri hala devam etmekte, bağımlılığın sebep olduğu başka problemler ortaya çıkmaktadır. İssizlik, sosyal çevredeki aksaklıklar, çözülmemiş aile içi çatışmalar, depresyon ve can sıkıntısı veya bedensel ağrılar arındırma tedavisinin ardından uyusturucu maddeye tekrar sarılma isteğini arttırmaktadır. Bağımlılıktan kurtulma tedavisi için yeterince güçlü olmayan, motivasyonu düşük olan opiat bağımlıları özel eğitim almış kendine ait muayenesi olan doktorlarda uyusturucu maddenin yerini alan ilaç tedavisiyle (Substitutionsbehandlung) dayanıklılıklarını arttırma imkanına sahiptirler. Esasında bu tedavi sırasında yasadışı yollarla elde edilen ve tüketilen opiat yerine bir doktor tarafından yazılmış yasal opiat kullanılmaktadır. Bağımlılıktan uzun bir süre için kurtulma arzusuna genelde uyusturucu bağımlıları için ancak yatılı olarak gerçekleştirilen alışkanlıktan kurtulma tedavisi çerçevesinde ulaşılabilmektedir. Onlar bağımlı arkadaşlarından uzak, korunacakları bir yere, güç toplayacak, yavaş yavaş düzenlerini oluşturacakları bir yapılmaya gereksim duymaktadırlar. Uyusturucu bağımlıları tedaviler sonucu kendilerine günlük yaşamda tekrar yer edimelerini ve çözüm stratejileri geliştirmelerini öğrenmeleri gerekmektedir. Sorunlar ve tekrar uyusturucu kullanımına başlama riskini yükselten durumlar iyi bilinmeli ve üstesinden gelme stratejileri geliştirilmelidir. Yeni pozitif tecrübeler motivasyonu ve uyusturucudan uzak durma yeteneğini güçlendirmektedirler. Uygun bir terapiden sonra tekrar normal yaşama geçiş kolay değildir ve ancak uyum tedavisi veya gözetim altında beraber yaşam (betreutes Wohnen) gibi bir çok aşamadan sonra gerçekleştirilebilmektedir. Tedaviden sonra kisinin gözetim altında olması çok yararlıdır. Örneğin psikoterapie, uzman doktor tarafından veya bir ambulanssta psikiyatrik tedavi, psiko-sosyal danışmanlık veya kendi kendine yardım grupları (Selbsthilfegruppen) gibi yardımlardan yararlanılabilir.

ZfP Südwürttemberg` Weisenau`daki Uyusturucu tedavi bölümü hakkındaki bilgileri bu www.drogenentzug-mariatal.de internet sayfasından bulabilirsiniz.