

Madde Bağımlılığı Nedir?

Madde bağımlılığı, sakinleştirici ve uyarıcı etkileri olan maddelerin tedavi nedeni veya fiziksel bir ihtiyaç duymaksızın kullanılmasıyla oluşan, kullanılmadığında yoksunluk belirtileri görülen bir bozukluktur. Maddeyi alma ihtiyacı hissedilir. Zamanla aynı etkiyi sağlamak için maddenin kullanım sıklığı ve miktarı arttırılır. Böylece birey kendini kısır bir döngünün içerisinde bulur. Madde bağımlılığı hayati tehlikeye yol açabilir. Sağlık için son derece tehlikeli olan maddelerin vücuda etkileri oldukça hızlıdır.

MADDE BAĞIMLILIĞINDA EN RISKLI DÖNEM ERGENLİK



Madde Bağımlılığı Belirtileri Nelerdir?

Madde bağımlısı olan bireylerde öne çıkan belirtiler;

- İştahsızlık hissetme ve bununla birlikte kilo kaybı yaşama ya da aşırı yemek
- Bulantı ve kusma
- Aşırı terleme, ellerin titremesi
- Uykusuzluk çekmek ya da gereğinden fazla uyumak
- Sosyal ortamda yapılan ani değişiklikler
- Arkadaş ilişkilerinde bozulmalar
- Aile ilişkilerinin bozulması
- Karamsarlık hissi ve mutsuzluk
- Halüsilasyon görmek
- Yorgun ve bitkin bir beden hali



Ergenlik

Ergenlik dönemi madde kullanımına başlanması açısından en riskli dönemdir. Bunun nedeni ise ergenliğin oldukça **zor, karmaşık ve çalkantılı** bir dönem olması. Burada merak ve “Bir kez denesem bir şey olmaz” düşüncesi hakimdir. Ergenler aynı zamanda sosyal ortamlarda kabul görme ve kendilerini kanıtlama isteğiyle de madde kullanımını deneyebilirler. Bu dönemde kimlik çatışmalarını yoğun olarak yaşayan ergenler dürtüsel davranma eğilimindedir, tehlikeli davranışlara girmekten kaçınmayabilirler. Madde kullanımı da **kendilerini ispat etmeye** çalıştıkları bu dönemde çekinmedikleri riskli davranışlardan birini oluşturur.

Bağımlılık Döngüsü



**uyku- yemek
yemede düzensizlik
iştahsızlık-bulantı-
kusma
kilo kaybı
gözlerde kızarıklık**

Ebeveynler bu belirtilere dikkat!



- Arkadaş çevresinde değişiklik yapması ve bu yeni çevresiyle çok sık zaman geçirmesi.
- **Duygu durumunda ani değişimlerin** olması;
- Aile ilişkilerinden uzaklaşması,
- Evde tek kalma isteğinde artış olması, gittiği yerleri söylemekten kaçınması.
- **Talep ettiği ve harcadığı para miktarında artış olması.**
- Daha **karamsar** duygu ve düşüncelere sahip olması, geleceğe dair umutsuz olması.
- Derslere ilgisinde ve başarısında düşüş gözlemlenmesi, okula **devamsızlığının** artması.
- Arkadaş ilişkilerinde, sosyal uyumunda sorunlar ortaya çıkması.
- **İştahında** ve **uyku** düzeninde değişimler gözlemlenmesi, ara ara kriz halinde yemek yemesi, bazen çok fazla uyuması, bazen ise uykusuzluk çekmesi.
- **Kıyafetlerine, saçına ve kişisel bakımına verdiği özenin azalması.**
- **Kilo kaybı, gözlerde kızarıklık, iştahsızlık, bulantı ve kusma gibi fiziksel belirtilerin görülmesi.**

**80. Yıl Cumhuriyet Ortaokulu
Psikolojik Danışma ve Rehberlik
Servisi**