

MADDE BAĞIMLILIĞI NEDİR?

Madde bağımlılığı, vücudun işlevlerini olumsuz yönde etkileyen maddelerin kullanılması, bundan dolayı zarar görüldüğü hâlde bu maddelerin kullanımının bırakılamamasıdır. Bağımlı, madde kullanımına ara verdiğinde yoksunluk belirtileri yaşar. Zamanla madde kullanım sıklığını ve dozunu artırır.

Aşağıdakilerden sadece 3'ünün 12 aylık bir süre içerisinde görüldüğü kişi bağımlıdır.

- Kullanılan madde miktarının sorunlara rağmen giderek artırılması.
- Bırakma çabalarının boşa çıkması.
- Maddeyi sağlamak, kullanmak veya bırakmak için çok fazla zaman harcanması.
- Sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin azaltılması veya bırakılması

MADDE BAĞIMLILIĞININ ETKİLERİ

Uyuşturucu maddeler beyni ve onun çalışma sistemini değiştirdiklerinden dolayı bağımlılık bir beyin hastalığıdır. Bağımlılık tedavisi zor bir hastalıktır. • IQ seviyesinde gerileme • Koordinasyon ve kontrol kaybı • Korku ve öfke • Hafızanın erimesi • Solgun cilt ve ciltte kıvrıklık • Döküntü ve sivilceler • Cilt yaşlanması • Nefes

darlığı • Akciğer hastalıkları • Ağız kokusu ve gırtlak kanseri • Diş çürümeleri, dişeti hastalıkları, diş kaybı • Kalp krizi ve koma

BAĞIMLILIK YAPICI MADDELER NELERDİR?

- Uyuşturucular • Sigara • Alkollü içecekler • Reçete ile alınması gerektiği hâlde doktor kontrolü dışında kullanılan ilaçlar • Bazı yapıştırıcılar, tiner ve çakmak gazı gibi uçucu maddeler • Uyarıcı ve hayal görülmesine sebebiyet veren maddeler



BUCAK ORGANİZE SANAYİ MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ

REHBERLİK SERVİSİ

Ne yapmalı?

- Eğer kişi maddenin etkisi altında ise onunla bu durumda konuşmanın yararı olmaz.
- Kendinizi hazır hissetmeden onunla konuşmayın.
- Açık, samimi ve inandırıcı olun, öğüt vermeyin.
- Genellemeler yapmaktan kaçının.
- Korkularınıza dayanarak konuşmayın.
- Onu etiketlemekten kaçınmın, çünkü “kullanıcı olarak” etiketlenen kişiye yaklaşmak çok zordur.
- Önyargılarınızın farkına varın (“Bunlar iflah olmaz”), böylece yanlış iletişim kurma olasılığını azaltırsınız.
- Kendinizi onun yerine koymayı deneyerek onun düşünce, yaşantı ve korkularını anlamaya çalışın.
- Uzman yardımı alması için samimi bir yaklaşımla onu ikna edin.

Ne yapmamalı?

- Kabullenmeme-İnkâr: “Yok, benim çocuğum asla kullanmaz.”
- Kendini ve eşini suçlama: “Bu çocuk senin yüzünden böyle oldu.” “Biz iyi anne-baba olmadık.”
- Hayal kırıklığı, çaresizlik duygusu: “Ben seni bunun için mi yetiştirdim?” “Her şey bitti, artık hiçbir şey eskisi gibi olamaz.”

- Öfke: “Benim böyle bir çocuğum olamaz!”
- Çocuğu suçlama ve aşağılama: “Senden hiçbir şey olmaz.”
- Uç kararlar alma: “Okul hayatın bitti.”

MADDEDEN KURTULUŞ MÜMKÜN

Bağımlılık düzelebilir ancak tam olarak iyileşmenin gerçekleşmesi için ciddi bir çaba ve zaman gerekmektedir. Kişinin tedavi olmayı istemesi ve kendini hazır hissetmesi en önemli aşamadır. Bu süreçte doğru iletişim ve bağımlının yaşadıklarını yakınlarıyla paylaşması önemlidir. Bağımlılık tedavisi kişiye, kullanılan maddenin cinsine ve kullanım süresine göre değişiklik gösterir. Maddeyi kişinin tek başına bırakması neredeyse imkânsızdır, muhakkak uzman yardımı alınmalıdır.

Risk faktörleri

- Psikolojik sorunları olan ya da herhangi bir madde bağımlılığı bulunan ebeveynin çocukları daha büyük risk altındadırlar
- Ebeveyn-çocuk arasında bağlanma ve ilgi eksikliği (özellikle 'Baba' rolünün ev ortamında eksikliği)
- Sınıfta aşırı utangaçlık ya da şiddet içeren davranışlar
- Okul başarısında düşüş

NERELERDEN YARDIM ALABİLİRİM?

Madde kullanan ve tedavi olmak isteyen, bu konudaki problemlerine çözüm arayan kişi ve yakınları hastanelere bağlı Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi Merkezleri (AMATEM) ile psikiyatri kliniklerine başvurarak tedavi olabilirler. Hasta ve doktor işbirliğiyle yürütülen tedavi, 2-6 hafta arasında hastanede yatarak arındırma ve bir yıl süre ile psiko-sosyal tedavi şeklinde gerçekleşmektedir.

En iyi korunma yolu hiç başlamamaktır.

* Bucak İlçe Sağlık Müdürlüğü Mehmet Cadıl Sağlıklı Hayat Merkezi
Adres: Çavuşlar Mahallesi, Tepecik Caddesi, No: 1
Bucak/BURDUR

*Burdur YEDAM (Yeşilay Danışmanlık Merkezi)
Adres: Zafer Mahallesi, Oluklaraltı Caddesi, No:6
Merkez/BURDUR
Tel: 0248 234 38 22

*Bağımlılık Danışma Merkezi
Adres: Yeni Mahalle Şehit Ersal Caddesi No:9 İl Sağlık
Müdürlüğü, Ek Hizmet Binası, Merkez/BURDUR