



TÜRKİYE ULUSAL AJANSI
TURKISH NATIONAL AGENCY



SAĞLIKLI OLI MUTLU YAŞA!

THE HEALTHIER! THE HAPPIER!

www.helhappy.com



Erasmus+

Bağımlılığa **HAYIR**

Hayata **EVET**



Hakan Ülger Ortaokulu
Gölbaşı/ANKARA

Türkiye’de ve dünyada hızla tütün, alkol ve uyuşturucu madde alım oranları artmakta, maddeye başlama yaşları gittikçe düşmektedir. Diğer bağımlılıklar gibi teknoloji ve kumar bağımlılığı da kişiye, aileye ve topluma psikolojik, sosyolojik ve ekonomik zararlara yol açmaktadır.

Bağımlılık kişinin bedensel, ruhsal ve sosyal hayatını olumsuz etkiler. Toplumun felaketi sayılabilecek bağımlılıkları engellemek ancak iyi bir koruyucu halk sağlığı yaklaşımıyla mümkün olur.

Psikiyatrik bir sendrom olan bağımlılığın tanısı için aşağıda sayılan ölçütlerin yalnızca üçünün bir arada görülmesi yeterlidir.

- * Kullanılan maddeye tolerans gelişmesi
- * Madde kesildiğinde ya da azaltıldığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması
- * Madde kullanımını denetlemek ya da bırakmak için yapılan ama boşa çıkan çabalar
- * Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için büyük zaman harcama
- * Madde kullanımı nedeni ile sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin olumsuz etkilenmesi
- * Maddenin daha uzun ve yüksek miktarlarda alınması
- * Fiziksel ya da ruhsal sorunların ortaya çıkmasına ya da artmasına rağmen madde kullanımını sürdürmek



Fiziksel bağımlılık, kullanılan maddeye karşı bir adaptasyon gelişmesine bağlı olarak maddenin varlığına karşı duyulan fizyolojik bir istektir. Ruhsal bağımlılık ise kişinin duygusal ya da kişilik yapısı gereği, gereksinimlerini tatmin etme/giderme amacı ile o maddeye düşkünlüğüdür.

Bağımlılık ciddi bir hastalıktır. Bağımlılığa ilişkin beyinde birçok nörokimyasal, nörofizyolojik değişimler saptanmıştır. Bağımlılık tedavisi, belirli şemaları ve ilkeleri içeren kapsamlı bir protokol ile sağlanabilir. Bağımlı kişiler bağımlılığın bir hastalık olduğunu kabul eder ve hastalıklarda uyulması gereken kurallar olduğunu bilirlerse tedaviye uyumları artmaktadır.

Bağımlılık
aklı ve iradeyi
çalışmaz hale getirir.



Maddeler

- * Tütün (nikotin)
- * Alkol
- * Esrar (Ot, THC, Hint keneviri)
- * Bonzai
- * Uçucu ve yapıştırıcı maddeler (Bali, tiner, çakmak gazı)
- * Eroin (Opiyat)
- * Kokain taş
- * Ecstasy (Ekstazi)
- * Amfetamin
- * Bağımlılık yapan ilaç
- * LSD
- * Nitritler (Poppers)

