

Çocuk ve Ergenlerde Alkol Bağımlılığı

Alcohol Addiction in Children and Adolescents

Meryem Karaaziz¹, Hande Çelikay Söyler¹

¹Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşe, KKTC

ÖZ

Bağımlılık, sağlıklarını olumsuz yönde etkilemesine, sosyal yaşamlarına zarar vermesine rağmen, insanların belirli bir takıntılı durumu yinelemeye yönelik engellenemeyen bir istek duymaları ve bunu sürdürmeye devam etmeleridir. Günümüzde, çocuk ve gençlerde de en az yetişkinler kadar madde bağımlılığı sorunları ciddi şekilde ön plana çıkmaktadır. Alkol ergen beyinde kalıcı ve ciddi gelişimsel bozukluklara yol açabilmektedir. Bu hasarların başında, akıl sağlığını yitirmek, psikoz, şizofreni gibi ağır psikiyatrik hastalıklar deneyimlemelerine oldukça ciddi bir risk oluşturmaktadır. Özellikle çocukluk ve ergenlik dönemi gibi önemli bir süreçte erken alkol kullanılmaya başlanmasının biyopsikososyal (biyolojik, ruhsal ve sosyal) alanda olumsuz ve ciddi hasarlara yol açan toplumsal bir sorun olduğu görülmektedir. Bu çalışmada, çocuk ve ergenlerin alkol bağımlılıkları, risk faktörleri, yaşayabilecekleri sorunlar, tedavi yaklaşımları ve aileler ile sağlık çalışanlarına bu konuya yaklaşım önerileri getirmek amaçlanmaktadır.

Anahtar sözcükler: Bağımlılık, alkol bağımlılığı, çocuk ve ergen

ABSTRACT

Addiction is an uncontrollable desire for the repetition of a particular obsession, despite its negative impact on health and causing harm to social lives. Although it affects their well-being, people persist in pursuing and maintaining this compulsive behavior. Nowadays, substance addiction issues are emerging prominently in children and adolescents as much as in adults. Alcohol can lead to permanent and serious developmental disorders in the adolescent brain. Among these damages, there is a significant risk of losing mental health and experiencing severe psychiatric illnesses such as psychosis and schizophrenia. Especially during critical periods like childhood and adolescence, early alcohol use poses a biopsychosocial (biological, psychological, and social) problem leading to serious negative consequences in society. This study aims to address alcohol addiction in children and adolescents, discussing risk factors, potential problems they might face, treatment approaches, and providing recommendations for approaching this issue for both families and healthcare professionals.

Keywords: Addiction, alcohol addiction, child, and adolescent

Giriş

Bağımlılık, bireyin zarar görmesine rağmen devam ettiği genetik, çevre ve yaşam deneyimleri arasındaki karmaşık etkileşimleri içeren tedavi edilebilir kronik bir tıbbi hastalıktır (American Society of Addiction Medicine [ASAM] 2019). Bağımlılığın; madde, sigara, alkol, yeme, alışveriş ve teknoloji bağımlılığı gibi çeşitli türleri vardır (Eryılmaz ve Deniz 2019). Madde ve davranışsal bağımlılıklar ise madde kullanımına veya belirli davranışlara öncelik verme, bunlarla meşgul olma ve bunların olumsuz sonuçlarına rağmen devam etmesi ile karakterize edilen günlük yaşamdaki işlevsel bozukluklar olarak tanımlanmaktadır (Brand 2020, Zou ve ark. 2017). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) DSM-III-R'de bağımlılıkla ilgili tanı grubunu "psikoaktif madde kullanım bozuklukları" olarak adlandırırken, DSM-IV'te tanı grubunun adı madde ile ilişkili bozukluklar olarak düzenlenmiştir (O'Brien 2010). DSM-5'te ise tanı grubunun adı madde ile ilişkili ve bağımlılık bozuklukları olarak yeniden düzenlenmiştir. Uluslararası Hastalık Sınıflandırması 11. Revizyonunda (ICD-11) alkol bağımlılığı, tekrarlayan ya da sürekli alkol kullanımı sonucu ortaya çıkan alkol kullanım bozukluğu olarak tanımlanmaktadır. ICD-11'e göre alkol bağımlılığı tanısı için gerekli özellikler; alkol kullanımı üzerindeki kontrolün bozulması, alkol kullanımının sağlığını korunması ve günlük faaliyetler ve sorumluluklar da dahil olmak üzere yaşamın diğer alanlarına göre alkol kullanımının artan önceliği, zarar veya olumsuz sonuçların ortaya çıkmasına rağmen alkol kullanımının devam etmesi veya artması, alkolün etkilerine tolerans veya aynı etkiyi elde etmek için daha fazla miktarda alkol kullanma ihtiyacı, alkol kullanımının bırakılması veya azaltılmasını takiben yoksunluk belirtileri göstermek veya yoksunluk belirtilerini önlemek veya hafifletmek için alkol veya farmakolojik olarak benzer maddelerin tekrar tekrar kullanılması ve alkol kullanmaya yönelik güçlü

bir dürtü şeklindedir. Bağımlılık özellikleri genellikle en az 12 ay boyunca belirgindir, ancak alkol kullanımı en az 3 ay boyunca sürekli (neredeyse her gün) ise tanı konulabilir (WHO 2022).

Çocukluk ve ergenlik döneminin beyin gelişimi açısından oldukça önemli ve kritik olduğu bilinmektedir. Alkol gibi bağımlılık yapıcı maddelerin alınması ergen beyinde kalıcı ve ciddi gelişimsel bozukluklara yol açabilmektedir. Bu bozuklukların başında ruh sağlığı kaybı, psikoz ve şizofreni gibi ağır psikiyatrik hastalıklar ciddi bir risk oluşturmaktadır. Özellikle çocukluk ve ergenlik dönemi gibi önemli bir süreçte erken alkol kullanılmaya başlanmasının biyopsikososyal (biyolojik, ruhsal ve sosyal) alanda olumsuz ve ciddi hasarlara yol açan toplumsal bir sorun olduğu görülmektedir (Işık 2017). Alkole bağlı olumsuz sonuçların arasında; pişmanlığa sebep olan eylemler, bilinç kaybı, kendine veya başkalarına zarar verme, kanun yaptırımına maruz kalma, cinsel saldırı ve intihar gibi unsurlar vardır (Forster ve ark. 2023). Alkol kullanımına bağlı yaralanmalar, intihar eylemleri ve saldırılar genç yetişkinler arasında önde gelen ölüm nedenidir (Xu ve ark. 2016). Bir değerlendirmeye göre, öğrencilerin yaklaşık %10'u alkol kullanımının en az bir kez sağlık, sosyal, yasal veya finansal sorunlara yol açtığını bildirmektedir (ACHA 2019).

Günümüzde yaşanan birçok sorunun yetişkinlerde olduğu kadar çocuk ve ergenlerde de karamsar düşünceye neden olduğu görülmektedir. Bu sadece ülkemiz için değil, dünyadaki tüm ülkeler için de geçerlidir. Aynı zamanda medya aracılığıyla olumsuz ve karamsar sonuçlara ilişkin bilgilendirici haberlerin artmasıyla birlikte toplumdaki kaos ve stres de orantılı olarak artmaktadır. Yakın zamanda yapılan bir araştırma, alkollü içeceklerin gençlerin yaşamlarında önceki nesillere göre daha küçük bir rol oynadığını ve sosyal medyanın ergenlerde görülen alkol kullanım sorununu abarttığını ortaya koymuştur (Luomanen ve Alasuutari 2022).

Ergenlerde alkol kullanımı çeşitli fiziksel, psikolojik ve sosyal etkilere yol açmaktadır. Buna karşın çocuk ve ergenlerin fiziksel, ruhsal ve sosyal iyilik halini korumaya yönelik çalışan psikolog, psikiyatri hemşireliği, aile hekimi vb. sağlık personellerinin küçük bir bölümü alkol ve madde bağımlılığı üzerine birkaç çalışma yürütmektedir. Bu durum bizim ülkemizde olduğu kadar gelişmiş ülkelerde de çocuk ve ergenlerde alkol kullanımıyla ilgili tanı ve tedaviyi sektöre uğratmaktadır (Uzun 2017). Çocuklarda ve ergenlerde alkol kullanımı, kamu ve politika çabalarına rağmen küresel olarak önemli bir sağlık sorunu olmaya devam etmektedir (Birleşmiş Milletler Uyuşturucu ve Suç Ofisi [UNODC] 2019).

Erken yaşta içmeye başlamak ergen beyne özgü uzun süreli nörobiyolojik etkilere yol açabilir (Kang ve ark. 2014) ancak aynı zamanda yetişkinlikte alkol ve diğer madde kötüye kullanımı riskini beraberinde getirir. Arkes'in (2007) ekonominin ergenlerin alkol kullanımına etkisini araştırdığı çalışmasında, daha zayıf bir ekonominin ergenlerde daha yüksek esrar, kokain ve alkol kullanımına yol açtığına dair bazı kanıtlar sunmaktadır. Ayrıca erken yaşlarda (<= 14 yaş) alkole başlamak yaşamın ilerleyen dönemlerinde intihar düşüncesi ve intihar girişimi riskini arttırmaktadır (Ahuja ve ark. 2021). Alkol ve intihar arasındaki ilişkiyi inceleyen uluslararası bir çalışmada sadece alkollü içki tüketiminin intihar oranları ile pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkisi olduğunu; toplam alkol tüketiminin ve alkol tüketim prevalansının daha düşük olduğu ülkelerde daha yüksek intihar oranları olduğu bulgulanmıştır (Testa ve ark. 2019). Çocuk ve ergenlerde, intiharla ilişkili faktörleri araştıran bir çalışmada ise uyuşturucu, alkol veya tütün kullanan ortaokul ve lise öğrencilerinin intihar girişimi yüzdelerinin, kullanmayanlara göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır (Ahuja ve ark. 2021). Bu çalışmada, çocuk ve ergenlerin alkol bağımlılıkları, risk faktörleri, yaşayabilecekleri sorunlar, tedavi yaklaşımları ve aileler ile sağlık çalışanlarına bu konuya yaklaşım önerileri getirmek amaçlanmaktadır.

Epidemiyoloji

Alkolün zararlı kullanımı her yıl yaklaşık 3 milyon insanın ölümüne sebep olmaktadır ve alkol kullanımından kaynaklanan hastalık ve yaralanmaların bedeli de oldukça yüksektir (WHO 2021). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) madde kullanmaya başlama ve bağımlılık belirtileri gösterme yaşının 5-14 yaşlarına kadar düştüğünü bildirmiştir (WHO 2019). 2011 yılında, Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi (TUBİM) tarafından 32 ildeki toplam 129 okul ve 11812 öğrenci ile gerçekleştirilen geniş kapsamlı bir araştırmada öğrencilerin %19,4'ünün alkollü içecekleri denediği bulgulanmıştır. Çalışmadaki önemli bulgulardan biri de madde kullanımına başlama yaşının gitgide küçülmesidir (TUBİM 2012). İstanbul'da 2014 yılında yapılan bir çalışmaya katılan 10. sınıf öğrencilerinin %34,2'si alkollü hayatı boyunca en az bir kez denediğini bildirmiştir (Evren ve ark. 2014). Türkiye'de yapılan bir diğer çalışmada; bağımlılık merkezlerine yardım amaçlı başvuran ergenlerin %23,6'sı alkol kullanım sorunları olduğunu belirtmişlerdir (Yüncü ve ark. 2014). TUBİM'in 2018 verilerine göre Türkiye'de 8-15 yaşlarındaki öğrencilerde en az bir kez alkol kullanma oranının %40 olduğu bilinmektedir. Ege Üniversitesi'nde okuyan 2973 öğrenci ile yapılan bir çalışmada yaşam boyu en az bir kez alkol kullanımı %76,2, alkol bağımlılığı riski %12,1 ve ağır içicilik % 37,2 bulunmuştur (Aldemir ve ark. 2018). KKC'de, ortaokul 3.

sınıf öğrencileri arasında alkol kullanımını 1999 yılında %61.96 olduğu tespit edilmiştir (Çakıcı ve ark. 2018). Yine KKTC’de 2015 yılında ilkokul 5. Sınıf öğrencileri arasında yapılan bir çalışmada hayat boyu en az bir kez alkol kullanma oranı %23,5 olduğu görülmüştür (Çakıcı ve ark. 2017). 2019 yılında KKTC’de yapılan güncel çalışmalarda ise bu oranın her iki grupta da düştüğü ve yasa dışı madde kullanımının arttığı görülmüştür. Sigara-alkol kullanma ve sarhoş olmanın bağımlılık için risk etkenleri olduğu tespit edilmiştir (Çakıcı ve ark. 2019, Çakıcı ve ark. 2019). Bu noktada sigara ve alkol kullanımının yasa dışı psikoaktif madde kullanımına geçiş maddesi olma riskini taşıdığı söylemek mümkündür.

Amerika Birleşik Devletleri’nde gençlerde alkol kullanım sorunlarının yaşam boyu yaygınlığının %8 olduğu tespit edilmiştir (Merikangas ve McClair 2012). ABD’de yapılan bir diğer güncel çalışmada ise 11 yaşındaki öğrencilerin hayatı boyunca en az bir kez alkol deneme oranının %25.7 olduğu bildirilmiştir. Avrupa’daki okullarda alkol ve diğer uyuşturucuların kullanımını araştıran çalışmada son 30 günde öğrencilerin alkol ve diğer uyuşturucu kullanım sıklığı sorgulanmış ve birçok ülkede kullanım sıklığının %50-70 arasında değiştiği görülmüştür (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs [ESPAD] 2016).

DSÖ’ye göre, mevcut içme prevalansı en yüksek Avrupa (%59,9), arkasından da Amerika (%54,1) izlenmektedir (WHO 2018). Rusya’daki alkol tüketimi ile ilgili yapılan bir çalışmada tüketimdeki genel düşüşün 2006 ve 2018 yılları arasında istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını görmek için alkol kullanımının yaygınlığını ve toplam tüketim seviyesini incelenmiştir ve son 30 günde alkol kullanım sıklığının kadınlarda % 72,2’den %58,1’e; erkeklerde % 84,3’ten % 69,5’e düştüğünü bulgulamışlardır (Radaev ve Roshchina 2021). Alkol tüketimi ile ilgili olarak, çeşitli çalışmalar yaşam tarzındaki böyle bir değişikliğin göçmenler arasında aşırı alkol tüketimi riskini artırdığını belirtmiştir (Suinn 2010, Bryant ve Kim 2013). Bryant ve Kim (2013), göçmenlerde daha yüksek kültürel adaptasyon seviyesinin daha fazla alkol tüketimi olasılığını öngördüğünü bulgulamıştır. Başka bir çalışma göçmenlerde alkol tüketiminin artmasının nedeni olarak göçmenlerin sosyal kabul kazanmak için alkol tükettiklerini ve bunu sosyal bir bilet olarak kullandıklarını ileri sürmüştür (Spicer 2001). Koreli ergenlerle yapılan bir çalışmada ergenlerde sigara, alkol kullanımı ve cinsel aktivitenin erken başlamasının ergenlerin sosyoekonomik durumu ile anlamlı şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur. Sigara, alkol kullanımı ve cinsel aktiviteye girme risk davranışlarının erken başlangıç prevalansı (≤ 12 yaşında) sırasıyla %4.8, %10 ve %1.4 olduğu bulgulanmıştır. Bu risk davranışlarının erken başlatılmasının yaygınlığı ise batı ülkeleri ile karşılaştırıldığında daha düşük olduğu gözlenmiştir (Valencia ve ark. 2019).

Dünya Sağlık Örgütü’nün raporlarına göre, İran da dahil olmak üzere Müslüman çoğunluğa sahip ülkelerdeki 15 yaşından küçük çocuklarda kişi başına düşen alkol tüketimi en düşüktür (yılda 2,5 litreden az saf alkol) (Noroozi ve ark. 2018, WHO 2018). Yapılan bir modelleme çalışmasına göre kişi başına düşen alkol tüketiminin Orta Doğu ve Kuzey Afrika ülkelerinde en düşük seviyede kaldığını gösterilmektedir. Bunun nedeni; Orta Doğu ve Kuzey Afrika’da yaşayan çoğu insanın Müslüman olması dolayısıyla alkol tüketiminden kaçınması olabilir (Manthey ve ark. 2019). COVID-19 pandemisinin gençlerin alkol kullanımına etkisini araştıran çalışmalarda pandeminin başlangıcı sırasındaki artış oranı, pandemi öncesinden düşük bulunmuştur (, Thorisdottir ve ark. 2021, Gohari ve ark. 2022). Alkol kullanımındaki düşüşün olası nedeni olarak artan sosyal izolasyon olduğu düşünülmüştür (Dumas ve ark. 2020).

Klinik Görünüm

Bağımlılık döngüsü şu şekilde seyretmektedir; bir kereden bir şey olmaz düşüncesiyle deneme, düzenli kullanma, her gün kullanma ve bağımlılık şeklinde ilerleyen bir süreç olarak ortaya çıkmaktadır (Gürsel ve ark. 2004). Madde kullanım amaçları üç şekilde kendini göstermektedir. Bunlar; “deneysel kullanım” (kendilerini keşfetmek için); “sosyal kullanım” (aile ve arkadaşları tarafından onaylanmak için); “karakterolojik/operasyonel kullanım”dır (yalnızlık, yabancılaşma, boşluk ve diğer sorunlarından kaçmak için) (Dilbaz ve ark. 2019). Alkolün ilk kez deneyimlenmesiyle, duygu-durum değişiminden keyif alınması ve baş edilemeyen duyguların uzaklaşmasıyla kısa vadede rahatlama hissine erişen çocuk ve ergenler düzenli olarak bu maddeye ihtiyaç duymaya ve kullanmaya başlamaktadır. Kısa vadedeki rahatlama duygusuyla artan alkol kullanımı uzun vadede artık bağımlılık durumu ve bunun zorlantıları ile kendini göstermeye başlar. Bağımlı genç artık yoksunluk belirtilerini gidermek ve normal hissedebilmek için alkole muhtaç duruma gelmekte, akademik hayatta belirgin zorluklar yaşamakta ve yüksek oranda ruhsal ve sosyal problemler deneyimlemektedir (Gürsel ve ark. 2004).

Alkol bağımlılığına başlama ve bağımlılıktan kurtulma noktasında en büyük etkenin arkadaş çevresi olduğu en önemli üçüncü etkenin ise aile olduğu bulgulanmıştır (Yılmaz Çubuk 2011). Yapılan bir çalışmaya göre; kadınlar benlik saygısı ile ilgili yaşadıkları sorunlar sebebi ile alkol kullanırken, erkekler ise yaşadıkları depresyon ve kaygı gibi sebepler dolayısıyla alkol kullanmaktadır (Aydın 2015). Adsız Alkolikler toplantılarına katılan 100 alkol bağımlısı kişi ile yapılan bir çalışmaya göre, iki seneden fazla süredir alkolsüz yaşam süren ve algılanan

sosyal destek düzeyi yüksek alkolik bireylerin alkolsüz yaşam süresi daha uzun, benlik saygısı düzeyi yüksektir ve sorun odaklı baş etme stratejilerini daha yoğun olarak kullanmaktadır (Yücel ve ark. 2020). Alkolü aşırma ile ilgili klinik gözlem yapan bir çalışma yoksunluk sırasında ve yoksunluk sendromunun üstesinden gelen alkol bağımlı hastalar üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Klinik gözleme göre bu hastalar; periyodik olarak asteni, anoreksiya, anksiyete, sinirlilik, saldırganlık, uykusuzluk, hiperaktivite ve hoş duyum arayışı, can sıkıntısı ve depresyon belirtileri göstermektedirler (Cibin 1993). Alkol kullanım bozukluğu, zihinsel ve davranışsal bozukluklar, dâhiliye hastalıkları, nörolojik veya psikiyatrik problemler gibi çeşitli klinik bulgulara sahip çok faktörlü patogenez ile karakterizedir (Wallace 1990). Alkol kullanımını sadece edimsel koşullandırma süreçleriyle değil, aynı zamanda klasik (Pavlovian) koşullandırma süreçleriyle yani içme durumlarında daha önce nötr olan uyarıların, alışılmış kullanıma yol açan alkol arzusunun üretilmesi ve indüklenmesi ile ilişkilendirilmesiyle de desteklenerek alkolün hoş durumlarla sık sık birleşmesi, ruh halinin yükselmesi, disinhibisyon ve olumsuz etkilerin bastırılması, düzenli içme olasılığını artırır (Batra ve ark. 2016). Alkol bağımlılığı, depresif bozukluklar, anksiyete bozuklukları, dikkat eksikliği-hiperaktivite bozukluğu ve duygusal dengesizliği içeren kişilik bozuklukları (sosyal olmayan veya kaçınmacı kişilik bozukluğu) ve alkolün neden olduğu saldırganlık dâhil olmak üzere diğer birçok psikolojik rahatsızlık ile yüksek bir komorbiditeye sahiptir (Heinz ve ark. 2011). Yapılan bir çalışmada alkol kullanımına eşlik eden psikiyatrik sorunları: bipolar I (%46), bipolar tip II (%39), şizofreni (%34), kişilik bozukluğu (%29), majör depresif bozukluk (%17) şeklinde sıralanmışlardır (Arıkan, 2011). Çocuklarda alkol kullanımına dair okul başarısında düşme, arkadaş ortamındaki değişiklikler, çevresi ile ilişki kurmaktan kaçınma, içe dönüklük, duygu durumundaki ani değişimler, kişisel bakımına önem vermeme, geleceğe dair planlardan uzaklaşma, ellerde titreme ve uykusuzluk gibi bazı belirtiler mevcuttur (Gürsel ve ark. 2004). Çocuk ve ergenlerde madde kullanım bozukluğu tanısı erişkinler için kullanılan DSM-5 tanı ölçütlerine göre değerlendirilmektedir. Ayrıca hem klinik hem de araştırma ortamlarında özellikle çocuk ve ergenlerin alkol ve madde bağımlılığı tanısı alması için kullanılan bazı psikometrik değerlendirme ölçekleri mevcuttur (Eker ve ark. 2013).

Etyolojisi

Biyolojik Faktörler

Alkol bağımlılığının genetik yatkınlıkla ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. İkizlerle ve evlat edinilmiş çocuklarla yapılan bir meta-analiz çalışmasında alkol kullanım bozukluklarının yaklaşık %50'sinin kalıtsal olduğuna dair bir bulgular elde edilmiştir (Verhulst ve ark. 2015). Dolayısıyla aile içerisinde yaygın olan alkol kullanımını çocuk için de potansiyel olarak alkole eğilim yaratmaktadır. Alkol bağımlısı olan babaların çocuklarının alkol bağımlısı olmayan babaların çocuklarına göre hem davranış ve bilişsel işlevlerinde hem de psikopatoloji açısından farklılık gösterip göstermediğinin incelendiği bir çalışmada alkol bağımlısı olan babaların çocuklarının alkol bağımlısı olmayan babaların çocuklarına göre daha fazla oranda psikiyatrik tanı aldıkları saptanmıştır (Kültür ve ark. 2006). Finlandiya'da yapılan bir çalışmada alkol bağımlısı bireylerin 1997 yılında doğmuş çocuklarının alkol kullanım sorunları ile zihinsel ve davranışsal sorunları incelenmiştir. On beş yıl süresince izlenen erkek çocuklarının %15.4'ünde, kız çocuklarının %0.6'sında zihinsel veya davranışsal sorunlar gözlenmiştir. Ayrıca anne ya da babanın alkol bağımlılığı, çocuğun da alkol bağımlılığı riskini arttırdığı gözlenmiştir (Raitasalo ve ark. 2019). Avusturalya'da 14-15 yaş grubundaki 2800 ergen üzerinde yapılan bir çalışmada anne ve babalarının ağır içici olmalarının çocuklar üzerinde nasıl bir etki oluşturduğu incelenmiştir. Babanın içki içmesinin, aynı evde yaşayan kız ergenin dönemsel yoğun içmesi ile daha güçlü ilişkili olduğu, annenin ağır içiciliğinin kız ve erkek çocuğu üzerinde cinsiyet açısından fark yaratmadığı, anne ve babanın ağır içiciliğinin ergen için önemli bir risk faktörü oluşturduğu bulunmuştur (Homel, ve Warren 2019).

2022 yılında yayımlanan bir araştırmanın bulgularına göre annelerin alkol kullanım sıklığı ile ergen aşırı içme arasındaki ilişki kızlar için; babaların günlük içme miktarı ile ergenlerin aşırı içmesi arasındaki ilişki erkekler için daha güçlüdür (Espinosa-Hernandez ve ark. 2022). Yapılan boylamsal bir çalışmada bebektikten on dört yaşına kadar izlenen çocuklardan elde edilen verilerde erken ergenlik yaşayan kız ve erkek çocukların, zamanında ergenlik yaşayan akranlarına kıyasla, ergenlik döneminde alkol kullanma riskinin daha yüksek olduğunu bulgulanmıştır (Bucci ve ark. 2021).

Alkol kullanımını bazen 16 ile 20 yaşları arasında başlar, ancak genellikle gençlerin dramatik fiziksel, duygusal ve sosyal değişimler yaşadığı bu dönemde artarak devam eder. Özellikle orta ve geç ergenlik döneminde çeşitli tehlikeli içme biçimleri ortaya çıkar ve birçok genç için bu sorunlu içme biçimleri 18 ila 20 yaşları arasında artarak devam eder. Bu yaş aralığı, alkol kullanım bozukluğunun başlangıcı için en yüksek risk dönemidir (Brown ve ark. 2008). Yapılan bir çalışmada, 2015-2016 yılları arasında İzmir'de çocuk ve ergenlerin toksikolojik analiz

sonuçları geriye dönük olarak analiz edilmiş ve çocuk ve ergenlerin madde kullanım profilinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda, vakaların %13,2'sinde alkol ve/veya ilaç tespit edildi, pozitif vakalar arasında en sık esrar (%33), amfetamin tipi uyarıcılar (%15), çoklu madde kullanımı (%15) ve alkol (%13) bulunmaktaydı. Esrar, çoklu madde kullanımı ve amfetamin tipi uyarıcılar en yaygın erkeklerde görülürken, etil alkol, amfetamin tipi uyarıcılar ve benzodiazepinler en yaygın kadınlarda görüldü. 2016 yılında, önceki yıla göre madde kullanım oranında önemli bir artış gözlemlendi (Aslan ve ark. 2022). İstanbul'daki bir bağımlılık merkezine başvuran gençlerde alkol ve madde kullanım davranışlarının eğilimlerini ve cinsiyet farklarını değerlendiren bir çalışmada, 2011 ile 2014 yılları arasında 2755 çocuğun madde kullanım eğilimleri incelendi. Çalışmanın sonucunda, 2014 yılında madde kullanımı nedeniyle başvuran gençlerin toplam sayısında bir artış görüldü (2011'de %31,4, 2014'te %68,6). 2011'den 2014'e kadar çoklu madde kullanımında ve tedaviye başvuran genç kızların sayısında önemli bir artış oldu. 2014 yılında alkol, ekstazi, sentetik kannabinoidler ve eroin kullanımında artış; uçucu maddeler, esrar ve reçeteli ilaç kullanımında ise azalma gözlemlendi (Doksat ve ark. 2016).

Sosyokültürel Faktörler

Sosyokültürel değişkenler içinde ailesel ve çevresel faktörler önemli rol oynamaktadırlar. Ebeveynleri sigara içen bir çocuğun sigara içmesi ebeveynleri sigara içmeyen bir çocuğa oranla dört kat daha fazladır. Ailede psikiyatrik, evlilik ya da yasal problemlerin varlığı ve sosyal desteğin bulunmaması madde kullanımının artışı ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Cloninger ve ark. 1995). Yapılan araştırmalarda, akranları madde kullanan ergen bireyin madde kullanımının arttığı tespit edilmiştir. (Jacob ve Johnson 1997, Karaaziz ve Keskindağ 2016). Bununla birlikte sokakta yaşayan çocuklarda veya ergenlerde madde kullanım yaygınlığının daha fazla olduğu bildirilmektedir (Kaya Kılıç ve Aslantürk 2019). Medyanın da madde kullanımı üzerinde önemli etkisi vardır (Oktuğ Zengin 2013). 1970-1983 yılları arasında on yedi ülkede reklamların alkol tüketimine olan etkisini inceleyen bir araştırmada alkol reklamlarını yasaklayan ülkelerde yasaklamayanlara oranla alkol tüketiminde %16'lık bir düşme olduğu bulgulanmıştır (Saffer 1991). Tüm bunlarla birlikte beklenti etkisi çocuk ve ergenler için alkol bağımlılığına ciddi risk faktörü oluşturmaktadır.

Alkolün sosyal ilişkileri kolaylaştırdığına dair düşüncelerin var olması kişinin alkol kullanmaya daha kolay ve erken başlamasına neden olmaktadır. Ayrıca çocuk ve ergenlerde sıklıkla alkole başlama nedeni olarak merak, özentilik ve aile bireylerinden içenleri model alma risk faktörleri olduğu gözlemlenmektedir (Karaaslan 2017). Danimarkalı ergenler ile yapılan bir çalışmada, on beş yaşında 1453 öğrencinin sosyokültürel ve okulla ilgili risk faktörlerinin alkol tüketimleri ile olan ilişkisi incelenmiştir. Düşük sosyoekonomik düzeye sahip olan kız ergenlerin alkol tüketiminde okulla ilişkili risk faktörleri etkili iken okuldan hoşlanmama yüksek sosyoekonomik düzeyi olan kız ergenlerin içme davranışını etkilemiştir. Düşük sosyoekonomik düzeye sahip erkek ergenlerde yetersiz ebeveyn desteği ve okulu sevmeme içme davranışı ile ilişkili iken yüksek sosyoekonomik düzeye sahip ergenlerde karar verme becerisindeki güçlük içme davranışı ile ilişkili bulunmuştur (Anette ve ark. 2007). Brezilya'da 7037 üniversite öğrencisi ile yapılan bir çalışmada düşük miktarda alkollü araç kullanımı sırasındaki riskli davranışlar incelenmiş, yaş grubu, yasadışı madde kullanımı, cinsiyet, medeni durum ve çalışma durumunun trafikte risk alma davranışını etkilediği bulunmuştur (Gonçalves ve ark. 2012). Kuzey Amerika ve Avrupa ülkelerinin dâhil olduğu 33 ülkeden 671084 ergenin yer aldığı bir çalışmada, ergenlerin alkol tüketimi ile yaşadıkları ülkelerin alkol politikaları incelenmiştir. Alkolün satın alınabilirliğini sınırlamak en etkili politika olmasının yanı sıra ergenin ailesinin sosyoekonomik düzeyini düşük veya yüksek algılaması alkol tüketimini arttıran bir faktör olduğu bulunmuştur (Leal-López ve ark. 2020).

Ergenlerde alkol kullanımında çok sayıda sosyokültürel değişken yer almakla birlikte çoğu çalışma okul ve aile çevresindeki risk faktörlerine odaklanmış durumdadır. İzmir'e göç etmiş bireylerle yapılan bir çalışmada göç edenlerin etmeyenlere göre işsizlik, çalışma koşulları, çocuk ve kardeş sayısı, kente ve kültüre uyum sağlamada güçlük gibi olumsuz koşullara maruz kalmasından doğan kaygı, yalnızlık ve yabancılaşma duyguları dolayısıyla madde kullanmaya başlama oranlarının daha yüksek olduğu bulgulanmıştır (Şaşman Kaylı ve ark. 2016). İngiliz ve Fransız ergenlerin alkol ve madde kullanımının karşılaştırıldığı bir çalışmada 15-16 yaş grupları karşılaştırılmıştır. Ergenlerin alkol ve madde kullanımını yordayan değişkenler irdelendiğinde cumartesi akşamları ebeveynlerinin çocuklarının nerede olduklarına dair bilgisinin en güçlü faktör olduğu, her iki ülkede de aile yapısının önemli olmakla birlikte Fransız öğrenciler arasında babalık ilişkilerinin oldukça önemli olduğu bulgulanmıştır (Ledoux ve ark. 2002).

Sosyal ağ sitelerinden Facebook üzerinden yapılan bir çalışmada, 189 ergenden daha büyük akranlarının alkol kullandığı ve kullanmadığı önceden hazırlanmış profil sayfalarını incelemeleri istenmiştir. Aşerme, alkol kullanımına yönelik tutumlar ve algılanan savunmasızlığı bu görsellerin nasıl etkilediği araştırılmıştır. Araştırma sonucunda; alkol kullanımını normatif olarak algılayan ergenlerin, alkol kullanımını yordayan bilişler açısından daha fazla risk altında bulunmuştur (Litt ve Stock 2011). Görsel medyanın alkol ve sigara kullanımı üzerindeki

etkisini inceleyen bir çalışma kapsamında film izletilen katılımcılar filmlerdeki alkol ve sigara sahnelerini olduğundan daha fazla uzun sürdüğünü tahmin etmelerinin yanı sıra katılımcılarda aşermeyi arttırıcı bir etki yarattığı bulgulanmıştır (Yedekçi 2017). Ugandalı gençlerle yapılan bir çalışmada toplumda alkol reklamların ve alkol kullanmanın olumlu algılanması ile alkol tüketimi arasında pozitif bir korelasyon bulunmuştur. Toplumda alkol reklamlarının olumlu algılanması ile alkol alma niyeti arasındaki bağlantıyı şiddetlendirebilecek faktörler açısından yalnızca içmeyen bir akran grubunun koruyucu olduğunu ve içme niyetine karşı tampon oluşturduğu da bulgulanmıştır (Swahn ve ark. 2022).

Psikolojik Faktörler

Olumsuz ergenlik ve çocukluk deneyimleri, özgüven eksikliği, başarısızlık, umutsuzluk, aile içerisindeki olumsuz ilişkiler, değer görmediğine dair inançlar gibi durumları deneyimleyen bireyler yaşadıkları olumsuz duygulanımdan kurtulmak amacıyla madde kullanmaya başlayabilmektedir (Karaaziz ve Keskindağ 2016). Madde bağımlılığı ile kişilik bozuklukları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu yapılan araştırmalarda gözlenmektedir. Madde bağımlılığına eşlik eden kişilik bozuklukları arasında sıklıkla anti sosyal kişilik bozukluğu, bağımlı kişilik bozukluğu, borderline kişilik bozukluğu ve pasif agresif kişilik bozukluğu olduğu bulgulanmaktadır (Davison ve ark. 1998). Özellikle duygularını ifade etmede güçlük, aşırı duyarlılık, stres ile başa çıkmada yetersizlik, ilişki kurmakta güçlük, özgüven düşüklüğü, isyankârlık, otoriteye tahammülsüzlük, dürtüsellik, kendini kontrol edememe, okul başarısızlığı, saldırgan davranışlarda bulunma, içe dönüklük, suç işlemeye yatkınlık, psikiyatrik sorunların varlığı alkol kullanım riskini oldukça arttırmaktadır (Gürsel ve ark. 2004).

Çocuklarda ve ergenlerde alkol bağımlılığı çalışılırken gözden kaçmaması gereken bazı komorbid psikiyatri durumları da vardır. Sıklıkla, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB), karışık olma karışık gelme bozukluğu, davranım bozukluğu, bipolar bozukluk, depresyon, anksiyete bozuklukları gibi hastalıkların tanı ve izleminde çocuk ve ergenlerde alkol ve madde kullanımı konusunda risk faktörü olarak karşılaşılabildiği bilinmektedir (Lynskey ve ark. 2010). Ergenlerin alkol kullanımında bireysel faktörler ile kişilik özellikleri (özgüven eksikliği, kolayca hayal kırıklığına uğrama, merak etme ve deneme yanılma sonucu hüsrana yaşama, bir problemden kaçma) ve çevresel faktörler (aile ortamı, akranlar, toplum) gibi çoklu faktörlerin olduğu bulgulanmıştır (Maula ve Yuniastuti 2017). Kişilik özellikleri ile alkol kullanımı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada kişilik özelliklerinin ağır içme riski üzerinde etkisi olduğu gözlenmiştir. Nevrotizm, açıklık (openness) ve dışadönüklük puanları yüksek veya vicdanlılık puanları düşük olan katılımcıların, içki içmelerini makul bir düzeye düşürme olasılıkları daha düşük olduğu bulgulanmıştır (Hell ve ark. 2022).

Tedavi

Dünya Sağlık Örgütü ve Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından "biyopsikosozyal" bir hastalık olduğu kabul görülen alkol bağımlılığı tanısının "uzman" tarafından konulmasıyla birlikte bunu deneyimleyen kişi tarafından da kabul görmesi oldukça önemlidir. Özellikle alkol ve madde bağımlılıklarında hastanın sorununu anlamlandırması, kabul etmesi, kararlılığını sürdürmesi oldukça zor olmaktadır. Bu da hastalığın tedavisini oldukça zorlaştırmaktadır. (Öztürk ve Uluşahin 2015, Akın 2018). Bağımlılık tedavisinin en etkili yolu o maddeye hiç başlanmamasını sağlamaktır. Bu nedenle, bireyi bağımlılığa karşı koruyacak tedbirlerin alınmasıyla birlikte, etkili ilaç ve psikoterapi yöntemlerine öncelik verilmelidir (Karaaziz ve Keskindağ 2016, Çakıcı ve ark. 2017).

Kendine Yardım Grupları

Kendine yardım gruplarının bağımlı ergenlerin nüks sayısını azaltırken suça bulaşma oranlarını düşürdüğü bilinmektedir (Pagano ve ark. 2015). Kendine yardım grupları arasında en bilineni Adsız Alkolikler'dir. Merkezi New York'ta olan Adsız Alkolikler (A.A.) 181 ülkede ve 650000 fazla şehirde faaliyet göstermektedir. 2021 verilerine göre A.A. bünyesinde 1967613 aktif üye ve 120455 adet grup vardır. Adsız Alkolikler iyileşmek adına 12 Basamak adlı bir program kullanmaktadır ve bu program bireylerin alkole olan bağımlılıklarından kurtulmalarını sağlamakla kalmayıp onlara hayatlarında uygulayabilecekleri yeni bir yöntem sunmaktadır (Yıldız 2021). Türkiye'de A.A. ilk kez 1988 senesinde Ege Üniversitesi Psikiyatri Bölümü'nde haftada 1 kez olmak üzere toplanmaya başlamıştır. Daha sonraki senelerde Ankara, İstanbul, Bursa, Tekirdağ, Fethiye, Denizli, Nazilli, Marmaris, Antalya, Mersin, Tarsus, Tokat, Balıkesir, İzmit, Kuşadası, Kaş, Bodrum, Afyon, Köyceğiz, Zonguldak, Sivas, Adana, Ordu ve KKTC'de A.A. grupları kurulmaya başlanmıştır (Adsız Alkolikler Türkiye 2021). Birkaç toplantıya katıldıktan sonra yeni A.A. üyesine 12 Basamak programında yardımcı olacak en az 1 senedir ayık

olan bir sponsor (mentor) atanır (Haber ve ark. 2009). Sponsor, yeni üyeye destek sağlamak ve onun ayık kalmasına yardımcı olmak için rehberlik, günlük destek ve sorumluluk verilmesi ve model olması açısından önemlidir (Kelly ve ark. 2020). 12 Basamak programının amacı bireyin alkolden uzak durmayı sürdürmesi için gerekli psikolojik, duygusal ve ruhsal (spiritual) değişiklikleri kolaylaştırmak, alkol kullanımı sonucu elde edilen hızlı ödüllere rekabet edebilecek psikolojik bir iyilik ve gelişmişlik hali oluşturmak ve stresle başa çıkma becerisini geliştirmek, yoksunluk ve ayık bir yaşam tarzına uyumu kolaylaştırmaktır (Kelly ve McCrady 2009, Kelly ve Greene 2013). Bu program kapsamında ilk olarak yeni üye, bağımlılığını kontrol edemediğini ve sorunun üstesinden gelmek için kendisinden daha büyük bir kaynaktan yardıma ihtiyaç duyduğunu kabul etmelidir. Daha sonrasında geçmişine yönelik ahlaki bir sorgulama yapmalı ve zarar verdiği insanlara karşı geçmişi telafi edecek davranışlar sergileyerek öz farkındalık kazanmalıdır. Son olarak kişi gün içerisinde iyi ile kötüyü ayırt ederek ayık bir şekilde yaşamaya başlar ve bu yaşamı sürdürür (Haber ve ark. 2009). Kendine yardım grupları, üyelerin yaşadığı zorluk ve zayıflıkların açık bir şekilde tartışılmasını kolaylaştıran yargılayıcı olmayan bir ortam sağlayarak bağımlılıktan kurtulmanın özünü oluşturan akran liderliğindeki profesyonel olmayan gruplardır (Haber ve ark. 2009). Bu kendine yardım grupları bazı grup psikoterapi biçimlerine benzer şekilde, özellikle utanç, yalnızlık ve suçluluk gibi olumsuz etkiyi azaltmaya yardımcı olabilecek bir aidiyet veya evrensellik duygusu sağlıyor olabilir (Yalom ve Leszcz 2008). Ergenlerle yapılan bir çalışmada 12 Basamak programına katılan ergenlerin katılmayanlara kıyasla daha fazla ayık kaldıkları ve bu programın etkili olduğu bulgulanmıştır (Kelly ve ark. 2010, Hennessy ve Fisher 2015).

İlaç Tedavileri

Farmakoterapi; psikolojik ve sosyal müdahalelerin yanı sıra alkol ve uyuşturucu bağımlılığının etkin tedavisinde önemli bir rol oynamaktadır (Watson ve Lingford-Hughes 2007). Alkol bağımlılığında günümüz ilaç tedavileri dopamin, serotonin, opioid peptitler, glutamat ve GABA dâhil olmak üzere beyindeki çeşitli nörotransmitterleri ve reseptörleri hedeflemektedir (Gilpin ve Koob 2008). Bilişsel davranışçı terapi ve motivasyonel görüşme gibi psikolojik müdahalelerin yanı sıra disülfiram, naltrekson, akamprozat ve nalmefen gibi tıbbi tedaviler, Avrupa ve Amerika Birleşik Devletleri'nde alkol bağımlılığının tedavisinde kullanılmaktadır (Wang ve ark. 2020). Bağımlılıklar, kötüye kullanılan maddenin mezolimbik ödül sinir devresini aktive eden nörofarmakolojik özellikleri ile bilinen sonuçlarına rağmen kötüye kullanılan maddenin sürekli kullanımını sürdüren psikososyal davranışlar nedeniyle tedavisi zor bir grup bozukluktur.

Alkol tedavisiyle ilgili yapılan bir literatür çalışmasında farmakolojik bağımlılık tedavisinin ya bağımlılığa benzer isteklerin fizyolojik yönlerini engelleyebilecek belirli yolları hedeflemekte ya da kötüye kullanılan maddenin daha az güçlü veya bağımlılık yapan başka bir maddeyle değiştirilmesinde etkili olduğu bulgulanmıştır. Aynı çalışma farmakolojinin tek başına bağımlılığı tedavi edemeyeceğini mevcut farmakolojik tedavilerin nüksetme riskini azalttığını ve psikoloji ile nörobiyoloji arasındaki bu karmaşık etkileşimi ele almak için terapi ortamının gerekli olduğunu savunmaktadır (Nigam ve Pandurangi 2021). Sofuoğlu ve arkadaşlarının (2013) bir araştırmasında da bilişsel işlevleri hedefleyen ilaçların ve davranışsal yaklaşımların birlikte ele alınmasının bağımlılıkların tedavisinde faydalı olabileceği sonucuna varılmıştır.

Psikoterapi

Bağımlılık tedavisi uzun bir süreçtir. Psikoterapi; bağımlılık tedavisinin önemli bir parçasıdır ve asıl amacı bağımlılığın anlaşılmasını sağlamak, tedaviye uyumu iyileştirmek, nüksetmeyi önlemek, sağlıklı bir yaşam tarzını yeniden inşa etmek ve uzun süreli yoksunluk durumunu sürdürmektir. Motivasyonel görüşme: Bilişsel Davranışçı Terapi, Aile Terapileri, Grup Terapileri, Farkındalık Temelli Bilişsel Terapi, Kaçınma Terapisi, Bireysel Terapi gibi birçok psikoterapi yöntemi geliştirilmiştir. (He ve Tao 2017). Yapılan bir çalışmada madde bağımlılığı olan hastaların motivasyonlarının değiştiği gözlenmiştir. Çalışmada psikolojik analiz kullanarak uyuşturucu bağımlısı hastaların eylemlerinin nedeni olarak güdülerinin çoğunlukla geçmişteki uyuşturucu ile ilgili keyif veren anılarla ilgili olduğu ve bu keyif veren anıları kullanarak gelecekteki çekici bir fırsatı tanımladıkları bulgulanmıştır (Garifullin 2021).

Bağımlılık alanında motivasyonel görüşmeler, bilişsel terapiler, davranışçı terapiler, farkındalık ve kabullenme terapileri, bağımlı kişide var olan hastalıklar kişinin baş etme yetenekleriyle yeniden keşfederek yenilemesini amaçlayan Pozitif psikoterapiler, ACT terapileri (Karaaziz ve Keskindağ 2016) ve daha birçok yeni nesil psikoterapi yöntemi kullanılmaktadır (Erdem ve Bildik 2019).

Aile Terapileri

Bağımlılarda aile terapisi, aile gruplarının tedavisidir. Tedavide ailelerin işleyiş biçimleri, aile üyelerinin birbirleri

ile ilişkileri, iletişim, aile içindeki roller, sorumluluğun paylaşımı, sağlıklı iletişim biçimleri, bağımlılığın doğası vb. konular durumları ele alınır (Kılıçarslan 2007). Yapılan bir çalışma sonucunda da aile terapisinin; ergen madde kötüye kullanımının ve buna bağlı davranışsal sonuçların azaltılmasında etkili bir mekanizma olduğu gözlenmiştir (Tambling ve ark. 2022). Derleme bir makalenin verilerine göre 12 çalışmanın 9'u müdahale sonrası istatistiksel olarak anlamlı iyileşme gösterirken; anlamlı iyileşme göstermeyen çalışmalar daha düşük metodolojik kaliteye sahip olduğu için etkili olamamıştır diyebiliriz. Ayrıca yedi çalışmanın potansiyel iyatrojenik etkileri araştırılmış ve dört çalışmanın potansiyel olarak müdahaleyle bağlantılı olarak katılımcıların küçük bir oranında (%5-8) küçük veya orta düzeyde olumsuz etkiler bildirdiği bulgulanmıştır. Sonuç olarak, elde edilen veriler olarak aile terapisinin önemli zihinsel sağlık yararları olan etkili bir müdahale olduğu yönüne işaret etmekte olduğu ancak kanıtların miktarı ve genel kalitesi düşük olduğu yönündedir (Hogue ve ark. 2021, Konkoly Thege ve ark. 2021).

Psikoeğitim

Psikoeğitim, alkol, sigara, uyuşturucu madde gibi bağımlılık yapıcı maddelere karşı gelişebilecek potansiyel bağımlılığı önlemeye ve azaltmaya yönelik yapılan eğitimlerdir. Türkiye'de madde kullanımı ve bağımlılığı önlemeye yönelik Sosyal Aktiviteler Projesi, Akran Desteği Projesi, Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitim Programı (TBM), Sigara, Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi Programı (SAMBA) gibi programlar bulunmaktadır. Diğer ülkelerde de Uyuşturucu Bağımlılığını Önlemeye Yönelik Proje (Project towards No Drug Abuse), Kuyruk Rüzgârı: Deniz Feneri Alt Projesi (Tall Wind: A Subproject of Lighthouse), Ben ve Diğerleri (Me and the Others) gibi birçok bağımlılık önlemeye yönelik program bulunmaktadır (Yoldaş ve Demircioğlu 2020). Madde bağımlılığı tedavisinde etkili olan SAMBA programı ise interaktif yürütülen aktiviteler ve didaktik öğütler içeren kabullenici farklı bağımlılıklara uygulanabilen yapılandırılmış bir psikoeğitim programıdır. SAMBA programı temel olarak BDT'ye dayanmakla birlikte Diyalektik Davranış Tedavisi (DBT), Farkındalık ve Kabullenme Terapisi ve Motivasyonel Görüşme tekniklerinden de yararlanmaktadır.

İş ve Uğraşı Terapileri

Bağımlılık tedavisinde mesleki terapilerin etkinliğini inceleyen çalışmalarda, bu yöntemin, madde kullanıcı kimliğinin ötesinde yeni bir rol geliştirmede ve sosyal kimlik oluşturmada etkili bir yöntem olduğu bulunmuştur. Mesleki terapi, günlük yaşamda işlev gösterme yeteneği fiziksel hastalık veya yaralanma, gelişimsel sorunlar, yaşlanma süreci, zihinsel hastalık veya duygusal sorunlar nedeniyle bozulmuş olan kişilere hizmet eden bir terapi türüdür ve kişiyi günlük yaşam aktivitelerine dahil etmek, zihni ve dikkati yönlendirmek için uygulanır. Amacı, bireyin bağımsız, üretken ve tatmin edici bir yaşam tarzına ulaşmasına yardımcı olmaktır (Gürsel 2011).

Müdahale Çalışmaları

Alkol kullanımının alkol kötüye kullanımı ve alkol bağımlılığı için önemli bir risk faktörü olduğu göz önüne alındığında, önleme ve müdahale çalışmaları özellikle gençler arasında oldukça yaygın olan alkol kullanımı sorununa odaklanmıştır. Hollanda'da yapılan bir çalışmada haftalık içki içenler ve hiç içmeyenler dışında katılımcılar 4 gruba ayrıldı: ebeveyn müdahalesi, öğrenci müdahalesi, birleşik müdahale ve kontrol grubu. Öğrencilere öğrenci müdahalesi grubunda öz kontrolünü artırmaları ve sağlıklı alkol kullanımına yönelik tutumlarını geliştirmeleri öğretildi, ebeveynler ise ebeveyn müdahalesi grubunda alkolle ilgili kısıtlayıcı ebeveynlik kuralları ve tutumları konusunda eğitim aldı. Çalışmanın sonunda, haftalık içki içme davranışının 3 deney grubunda da geciktiği ve birleşik müdahale koşulunun daha etkili olduğu bulundu. Bu nedenle, erken ergenlik dönemini hedef alan alkol müdahaleleri, en azından ergenlerin öz kontrol gelişimine ve ebeveynlerin kural koyma becerilerine odaklanan bileşenleri içermelidir (Koning ve ark. 2010).

Katılan gençlerin yaş ortalamasının 16.4 olduğu bir başka çalışmada, alkol kullanım sıklığı, içtikleri alkol miktarı, alkolle ilgili tutumları, akran içme davranışları vb. Smart Choices 4 Teens programı katılımcılara uygulandı. Çalışmanın sonucunda, programın yaşça büyük ergenlerde alkol kullanımını ve alkolle ilişkili sorunlu davranışları önlemede etkili olduğu bulundu (Byrnes ve ark. 2019).

Başka bir çalışmada, son 3 ay içinde alkol içme sıklığı ve miktarını bildiren hem ebeveynlere hem de ergenlere SAAF programı uygulandı. Çalışmanın sonucunda, aile temelli faktörlerin ergenlikte alkol kullanımının başlangıcı ve artışıyla sürekli olarak ilişkilendiği ve SAAF programının ortaokul çağındaki gençler arasında 34 aylık bir süre boyunca alkol kullanımındaki artışı yavaşlattığı gözlemlendi (Kogan ve ark. 2019).

Avustralya'da 8. sınıf öğrencileriyle yapılan başka bir çalışmada, 3 yıl boyunca 4 farklı koşul kullanıldı: Evrensel müdahale, seçici müdahale, birleşik müdahale ve kontrol grubu. Evrensel müdahale koşulunda alkol kullanımı veya kullanmamasın tüm öğrenciler dahil edildi. Seçici müdahalede Madde Kullanımı Risk Profili Ölçeği uygulandı

ve yüksek riskli öğrenciler belirlenerek seçici müdahale programına alındı. Deney sonucunda, üç deney grubunun da 3 yıl sonraki takipte kontrol grubuna kıyasla daha az alkol kullanımını olduğu ve alkole bağlı zararların daha az olduğu bildirilmiştir. Ayrıca evrensel ve seçici müdahalenin faydalı etkilerinin zamanla azalmadığı gözlemlendi. Bu durum, ergenlik döneminde içmeye başlamayı mümkün olduğunca geciktirmenin önemli uzun vadeli sonuçlara sahip olabileceğini düşündürmektedir (Slade ve ark. 2020).

Brezilya'da alkol kullanan ve kullanmayan öğrencilerle yapılan bir çalışmada, Tamojunt0.0 müdahale programının etkili olduğu ve müdahalenin ömür boyu alkol kullanımını ve aşırı içki tüketimini dolaylı yoldan engellediği bulundu. Ayrıca çalışma, okul temelli önleme programlarının önemine vurgu yapmıştır (Garcia-Cerde ve ark. 2023).

Sonuç

Bu derleme çalışmasından da anlaşıldığı üzere, alkol bağımlılığı kişi ve toplumları tehdit eden hızlı yayılım gösteren ve tedavisi çok güç olan bir durumdur (Bilaç ve ark. 2019). Özellikle günümüzde hem salgın hastalık dönemini yaşamamız hem de birçok stres verici olayın artışıyla birlikte hem yetişkinler hem de onları model alan çocuklar ve ergenler ciddi ruhsal çökkünlük deneyimlenmektedir (Wu ve ark. 2008, Çakır Kardeş 2020). Çok eski çağlardan beri bir miktar alkolün stres ve kaygı giderici özelliği olduğu hekimler tarafından dâhil ifade edilmektedir. Bu nedenle, bu süreçlerde çocuk ve ergenlerin alkol kullanımının artış riski göz ardı edilmemelidir. Bu konuda başta anne ve babalar olmak üzere; eğitimciler, yöneticiler, sağlık çalışanları ve öğrencileri bilinçlendirmek en büyük adım olacağı düşünülmektedir.

Ailenin alkol kullanımını önlemede ilk ve en önemli görevi çocuklarına doğru bir model olmaktır. Çocuklar anne ve babalarının davranışlarını her gün gözlemleyerek model almakta tutum ve davranışlarını da bunlara göre biçimlendirmektedir. Aile içindeki ilişkiler bir bireyin hayatında insan ilişkilerinin deneyimlendiği, öğrenildiği ve uygulandığı ilk ilişkilerdir. Aynı durum alkol kullanımı konusunda da ortaya çıkmakta olup anne babasının alkol kullandığını gören çocuk bunu hayatının normal bir parçası olarak öğrenmektedir (Gürsel ve ark. 2004). Bu nedenle, çocukların alkol kullanımının sonuçlarıyla ilgili bilgilendirilmesini içeren eğitimlere katılımı sağlanmalıdır. Ayrıca, hayır diyebilme, karar verebilme, boş zamanlarını kişisel gelişim ve sağlıklı hobiler edinme becerisi geliştirilmeli ve özellikle stresle başa çıkma konusunda sağlıklı yöntemler öğretilmelidir. Bununla birlikte, sağlık çalışanları, aileler, öğretmenler vb. eğitilmeli ve çocuklara nasıl yaklaşmaları gerektiği uzmanlar tarafından anlatılmalıdır. Bu noktada, alkol ve madde kullanımını normal olarak gören toplumsal yaklaşım engellenmeli ve kısa vadedeki rahatlatıcı etkisinin sonucunda uzun vadede ödenilen bedellere odaklanılmamalıdır. Tüm bunları yaparken yetişkinlerin gerek aile gerek sağlık çalışanı olsun eleştirici ve damgalayıcı bir tutum yerine çocuk ve genci anlamaya ve yardımcı olmaya yönelik adımlar sergilemesi büyük önem taşımaktadır. Ayrıca, halkın alkol ve madde kullanımı ile ilgili olası bağımlılık süreci ve sonuçları hakkında devlet politikaları oluşturulmalıdır. Bu politikalarla; broşürler, drama etkinlikleri, tiyatro, konferans, seminerler, söyleşiler vs. organize edilmeli ve halk için bilinçlendirme programları yapılmalıdır.

Kaynaklar

- ACHA (2019) American College Health Association-National College Health Assessment II: Reference Group Executive Summary Spring 2019. Silver Spring, MD, American College Health Association.
- Adsız Alkolikler Türkiye (2021) AA Türkiye. <http://www.adsizalkolikler.com/index.php/home/aa-turkiye/> (Accessed 17.09.2022)
- Ahuja M, Awasthi M, Records K, Lamichhane RR (2021) Early age of alcohol initiation and its association with suicidal behaviors. *Subst Use Misuse*, 56:1332-1338.
- Akın E (2018) Adsız alkoliklerin ayıklık sürecine ilişkin anlatılarının güçlendirme temelinde değerlendirilmesi (Yüksek lisans tezi). Ankara, Hacettepe Üniversitesi.
- Aldemir E, Çelikay H, Atlam DH, Ögel K, Altıntoprak AE (2018) Üniversite öğrencilerinde alkol kullanımı ve alkol kullanımı ile ilişkili faktörler. *Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi*, 28:47-56.
- American Society of Addiction Medicine [ASAM] (2019) Definition of addiction. <https://www.asam.org/quality-care/definition-of-addiction> (Accessed 12.09.2019).
- Anette A, Holstein BE, Pernille D (2007) School-related risk factors for drunkenness among adolescents: Risk factors differ between socio-economic groups. *Eur J Public Health*, 17:27-32.
- Ankan Z (2011) Alkol Kullanım Bozukluğu. In *Madde Bağımlılığı Tanı ve Tedavi Kılavuzu El Kitabı*: 105-124. Ankara, Sağlık Bakanlığı Yayınları.
- Arkes J (2007) Does the economy affect teenage substance use? *Health Econ*, 16:19-36.
- Aslan R, Aydoğdu M, Akgür SA (2022) Toxicological evaluation of alcohol and substance abuse in children and adolescents. *J Ethn Subst Abuse*, doi: 10.1080/15332640.2022.2089424.

- Batra A, Müller CA, Mann K, Heinz A (2016) Alcohol dependence and harmful use of alcohol. *Dtsch Arztebl Int*, 113:301–310.
- Brand M, Rumpf HJ, Demetrovics Z, Müller A, Stark R, King DL et al. (2020) Which conditions should be considered as disorders in the international classification of diseases (ICD-11) designation of “other specified disorders due to addictive behaviors”? *J Behav Addict*, 11:150-159.
- Brown SA, McGue M, Maggs J, Schulenberg J, Hingson R, Swartzwelder S et al. (2008) A developmental perspective on alcohol and youths 16 to 20 years of age. *Pediatrics*, 121:290–310.
- Bryant AN, Kim G (2013) The relation between acculturation and alcohol consumption patterns among older Asian and Hispanic immigrants. *Aging Ment Health*, 17:147–156.
- Bucci R, Staff J, Maggs JL, Dorn LD (2021) Pubertal timing and adolescent alcohol use: The mediating role of parental and peer influence. *Child Dev*, 92:e1017–e1037.
- Byrnes HF, Miller BA, Grube JW, Bourdeau B, Buller DB, Wang-Schweig M et al. (2019) Prevention of alcohol use in older teens: A randomized trial of an online family prevention program. *Psychol Addict Behav*, 33:1–14.
- Cloninger CR, Sigvardsson S, Przybeck TR, Svrakic DM (1995) Personality antecedents of alcoholism in a national area probability sample. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci*, 245: 239-244.
- Çakıcı E, Keskindağ B, Karaaziz M, Çakıcı M (2017) KKTC’de ilkököl öğrencileri arasında psikoaktif maddelerin kullanım yaygınlıkları ve risk etkenleri. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 18:273-282.
- Çakıcı M, Dirisu GY, Babayiğit A, İskender C (2019) Prevalence and risk factors of use of psychoactive substances among primary school students in TRNC. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 20:30-34.
- Çakıcı M, Özsoy İ, Özsat K, Kızılgül Z, Karaaziz M, Çakıcı E (2019) Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti’nde ortaokul öğrencileri arasında psikoaktif madde kullanımının yaygınlığı, risk etkenleri: 1999-2019. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 20:35-37.
- Davison GC, Neale JM, Hindman D (1998) *Abnormal Psychology*, 7th ed. Hoboken, NJ, Wiley.
- Dilbaz N, Enez Darçın A, Nurmedov S, Noyan O, Başabak AS, Mordağ O et al. (2013) Madde Kullanım Riski ve Madde Bağımlılığından Korunma. Ankara, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.
- Doksat N, Ciftci A, Zahmacioglu O, Tekden M, Ozbek F, Gunay G et al. (2016a) Trends and gender differences in alcohol and substance use among children and adolescents admitted to an addiction treatment center in Turkey: Comparison of 2014 with 2011. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 17:325–331.
- Dumas TM, Ellis W, Litt DM (2020) What does adolescent substance use look like during the COVID-19 pandemic? Examining changes in frequency, social contexts, and pandemic-related predictors. *J Adolesc Health*, 67:354–361.
- Eker F, Akkuş D, Kapisız Ö (2013) Ergenler için madde bağımlılığından korunma öz-yeterlik ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik değerlendirilmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 4:7-12.
- Erdem H, Bildik T (2019) Kabul ve kararlılık terapisi ve bağımlılık. *Türkiye Klinikleri Çocuk Psikiyatrisi-Özel Konular*, 5:74-79.
- Eryılmaz A, Deniz E (2019) *Tüm Yönleriyle Bağımlılık*. Ankara, Pegem Akademi.
- ESPAD (2016) *ESPAD Report- 2015: Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD)*. Luxembourg, Publications Office of the European Union.
- Evren C, Ögel K, Demirci AC, Evren B, Yavuz BG, Bozkurt M (2014) Prevalence of lifetime tobacco, alcohol, and drug use among 10th grade students in Istanbul. *Klin Psikofarmakol Bulteni*, 24:201-210.
- Forster M, Rogers CJ, Tinoco S, Benjamin S, Lust K, Grigsby TJ (2023) Adverse childhood experiences and alcohol related negative consequence among college student drinkers. *Addict Behav*, 136:107484
- Garcia-Cerde R, Valente JY, Sanchez ZM (2023) Changes in alcohol beliefs mediate the effects of a school-based prevention program on alcohol use among Brazilian adolescents. *J Addict Behav*, 137:107522.
- Garifullin R (2021) Understanding how semantic structures of individuals with drug addiction transform as a key to effective psychotherapy. *Addict Disord Their Treat*, 20:500-506.
- Gilpin NW, Koob GF (2008) Neurobiology of alcohol dependence: Focus on motivational mechanisms. *Alcohol Res Health*, 31:185–195.
- Gohari MR, Varatharajan T, MacKillop J, Leatherdale ST (2022) Examining the impact of the COVID-19 pandemic on youth alcohol consumption: Longitudinal changes from pre-to intra-pandemic drinking in the COMPASS Study. *J Adolesc Health*, 71:665-672.
- Gonçalves PD, Cunha PJ, Malbergier A, do Amaral RA, de Oliveira LG, Yang JJ et al. (2012) The association between low alcohol use and traffic risk behaviors among Brazilian college students. *Alcohol*, 46:673–679.
- Gürsel M (2011) *Eğitime İlişkin Çeşitlemeler (Vol. 26)*. Konya, Eğitim Yayınevi.
- Gürsel M, Tor H, Murat A, Yeşil R, Altınok V, Aydın E (2004) *Eğitime İlişkin Çeşitlemeler*. Konya, Eğitim Kitapevi.
- He RH, Tao R (2017) Psychotherapy. *Adv Exp Med Biol*, 1010:295–320.
- Heinz AJ, Beck A, Meyer-Lindenberg A, Sterzer P, Heinz A (2011) Cognitive and neurobiological mechanisms of alcohol-related aggression. *Nat Rev Neurosci*, 12:400–413.
- Hommel J, Warren D (2019) The relationship between parent drinking and adolescent drinking: Differences for mothers and fathers and boys and girls. *Subst Use Misuse*, 54:661-669.

- Jacob T, Johnson S (1997) Parenting influences on the development of alcohol abuse and dependence. *Alcohol Res Health*, 21:204-209.
- Kang M, Kim JH, Cho WH, Park EC (2014) The gender-specific association between age at first drink and later alcohol drinking patterns in Korea. *PLoS ONE*, 9:e90713.
- Karaaslan A (2017) Çocuk ve ergenlerde uçuşu madde bağımlılığını etkileyen psikososyal sebepler: Olgu sunumu. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 4:1-11.
- Karaaziz M, Keskindağ B (2016) Gençler arasındaki popüler psikoaktif madde; Sentetik kannabinoid (bonzai): Bir gözden geçirme. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 19:137-144.
- Kaya Kılıç A, Aslantürk H (2019) Evsizlerin sosyo-demografik özellikleri ve sokak yaşam deneyimleri: Antalya örneği. *J Soc Social Work*, 30:417-437.
- Kelly JF, Humphreys K, Ferri M (2020) Alcoholics Anonymous and other 12-step programs for alcohol use disorder. *Cochrane Database Syst Rev*, (3):CD012880.
- Kılıçarslan F (2007) Madde bağımlısı ergenlerde aile terapileri ve bir olgu sunumu. *Bağımlılık Dergisi*, 8:42-45
- Kogan SM, Bae D, Lei MK and Brody GH (2019) Family-centered alcohol use prevention for African American adolescents: A randomized clinical trial. *J Consult Clin Psychol*, 87:1085-1092.
- Koning IM, van den Eijnden RJJM, Engels RCME, Verdurmen JEE and Vollebergh WAM (2010) Why target early adolescents and parents in alcohol prevention? The mediating effects of self-control, rules and attitudes about alcohol use. *Addiction* 106:538-546.
- Konkoly Thege B, Petroll C, Rivas C, Scholtens S (2021) The effectiveness of family constellation therapy in improving mental health: A systematic review. *Fam Process*, 60:409-423.
- Kültür ÇŞE, Ünal MF, Özusta Ş (2006) Alkol bağımlılığı olan babaların çocuklarında psikopatoloji. *Türk Psikiyatri Derg*, 17:3-11.
- Leal-López E, Moreno-Maldonado C, Inchley J, Deforche B, Van Havere T, Van Damme J et al. (2020). Association of alcohol control policies with adolescent alcohol consumption and with social inequality in adolescent alcohol consumption: A multilevel study in 33 countries and regions. *Int J Drug Policy*, 84:102854.
- Ledoux S, Miller P, Choquet M, Plant M (2002) Family structure, parent-child relationships, and alcohol and other drug use among teenagers in France and the United Kingdom. *Alcohol Alcohol*, 37:52-60.
- Litt DM, Stock ML (2011) Adolescent alcohol-related risk cognitions: the roles of social norms and social networking sites. *Psychol Addict Behav*, 25:708-713.
- Luomanen J, Alasuutari P (2022) The rising social media and declining alcohol use: The case of Finnish teenagers. *Contemp Drug Probl*, 49:213-227.
- Lynskey MT, Agrawal A, Heath AC (2010) Genetically informative research on adolescent substance use: methods, findings, and challenges. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 49:1202-1214.
- Manthey J, Shield KD, Rylett M, Hasan O, Probst C, Rehm J (2019) Global alcohol exposure between 1990 and 2017 and forecasts until 2030: A modeling study. *Lancet*, 393:2493-2502.
- Maula LK, Yuniastuti A (2017) Analysis of factors influencing alcohol abuse and addiction among adolescents in Pati district. *Public Health Perspective Journal*, 2:168-174.
- Merikangas KR, McClair VL (2012) Epidemiology of substance use disorders. *Hum Genet*, 131:779-789.
- Nigam K, Pandurangi A (2021) Do Hallucinogens have a role in the treatment of addictions? A Review of the current literature. *SN Compr Clin Med*, 3:1385-1395.
- O'Brien C (2010) Addiction and dependence in DSM-V. *Addiction*, 106:866-867.
- Oktuğ Zengin M (2013) Türkiye'de alkol reklamlarına ilişkin düzenlemelerin medya ortamındaki yansımaları. *Electronic Journal of Social Sciences*, 12:287-305.
- Pagano ME, Wang AR, Rowles BM, Lee MT, Johnson BR (2015) Social anxiety and peer helping in adolescent addiction treatment. *Alcohol Clin Exp Res*, 39:887-895.
- Radaev V, Roshchina Y (2021) Decline in alcohol consumption in Russia: Collectivity or polarisation? *Drug Alcohol Rev*, 40:481-488.
- Raitasalo K, Holmila M, Jääskeläinen M, Santalahti P (2019) The effect of the severity of parental alcohol abuse on mental and behavioural disorders in children. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 28:913-922.
- Saffer H (1991) Alcohol advertising bans and alcohol abuse: An international perspective. *J Health Econ*, 10:65-79.
- Slade T, Newton NC, Mather M, Barrett EL, Champion KE, Stapinski L et al. (2020) The long-term effectiveness of universal, selective and combined prevention for alcohol use during adolescence: 36-month outcomes from a cluster randomized controlled trial. *Addiction*, 116:514-524.
- Sofuoğlu M, DeVito EE, Waters AJ, Carroll KM (2013) Cognitive enhancement as a treatment for drug addictions. *Neuropharmacology*, 64:452-463.
- Swahn HM, Culbreth R, Cottrell-Daniels C, Tumwesigye N, Jernigan D, Kasirye R et al. (2022) Social norms regarding alcohol use, perceptions of alcohol advertisement and intent to drink alcohol among youth in Uganda. *Int J Health Promot Educ*, doi: 10.1080/14635240.2022.2047093.

- Şaşman Kaylı D, Altıntoprak AE, Çelikay H, Babür Korkmaz Y, Kabakçı D (2016) Madde bağımlılığı nedeniyle denetimli serbestlik tedavisine yönlendirilen bireylerde madde kullanım örüntüsü ile göç arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 17:376-384.
- Tambling RR, Russell B, D'Aniello C (2022) Where is the family in young adult substance use treatment? The case for systemic family therapy for young adults with substance use disorders. *Int J Ment Health Addict*, 20:1659-1670.
- Testa A, Weiss DB, Rennó Santos M (2019) A cross-national analysis of alcohol consumption and suicide rates: Variations by population-level drinking patterns. *J Drug Issues*, 49:625-642.
- TUBİM (2012) 2012 Yılı Türkiye Raporu. Türkiye, Yeni Gelişmeler; Trendler, Seçilmiş Konular. Ankara, Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi
- TUBİM (2018) National Drug Report. Ankara, Department of Anti-Smuggling and Organized Crime Publications.
- UNDOC (2019) World Drug Report, 2019. Vienna, United Nations Office on Drugs and Crime.
- Valencia M, Tran BT, Lim MK, Choi KS, Oh JK (2019) Association between socioeconomic status and early initiation of smoking, alcohol drinking, and sexual behavior among Korean adolescents. *Asia Pac J Public Health*, 31:443-453.
- Verhulst B, Neale M, Kendler K (2015) The heritability of alcohol use disorders: A meta-analysis of twin and adoption studies. *Psychol Med*, 45:1061-1072.
- Wang SC, Chen YC, Chen SJ, Lee CH, Cheng CM (2020) Alcohol addiction, gut microbiota, and alcoholism treatment: A review. *Int J Mol Sci*, 21:6413.
- Watson B, Lingford-Hughes A (2007) Pharmacological treatment of addiction. *Psychiatry*, 6:309-312.
- WHO (2022) International Classification of Diseases 11th revision (ICD-11). Geneva, World Health Organisation.
- Yalom ID, Leszcz M (2008) Theory and Practice of Group Psychotherapy (5th ed.). New York, NY, Basic Books.
- Yedekçi B (2017) Görsel medyanın alkol ve sigara kullanımı üzerine etkisinin incelenmesi. (Yüksek lisans tezi). İzmir, Ege Üniversitesi.
- Yıldız A (2021) Dünyada ve Türkiye'de Adsız Alkolikler. *Bağımlılık Dergisi*, 22:187-207.
- Yoldaş C, Demircioğlu H (2020) Madde kullanımı ve bağımlılığını önlemeye yönelik psikoeğitim programlarının incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 21:72-91.
- Yücel FN, Doğan K, Pamir RN, Erkuş S, Keşir Ü, Zengin O (2020) Alkol bağımlısı bireylerde benlik saygısı, algılanan sosyal destek ve baş etme stratejileri: Adsız Alkolikler örneği. *Tıbbi Sosyal Hizmet Dergisi*, 15:50-64.
- Yüncü Z, Saatçioğlu H, Aydın C, Özbaran B, Altıntoprak E, Köse S (2014) Bir şehir efsanesi: Madde kullanmaya başlama yaşı düşüyor mu? *Literatür Sempozyum*, 1:43-50.
- Zou Z, Wang H, d'Oleire Uquillas F, Wang X, Ding J, Chen H (2017) Definition of substance and non-substance addiction. *Adv Exp Med Biol*, 1010:21-41.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.