

## Genişletilmiş Özet

### Pandemi Nedeniyle Alkol Bağımlılığının Őiddetini Etkileyen Risk Faktörleri: Bayesci Bir Yaklaşım

#### Giriş

COVID-19 salgını, enfekte olan kişileri ve tüm toplumu birçok yönden olumsuz etkilemiştir (Dubey vd., 2020; Lima vd., 2020). Ayrıca sosyal ve ekonomik zorluklar, enfeksiyon korkusu, savunmasızlık, evden çalışma, gelir kaybı, iř kaybetme korkusu, panik, fobi, sağlık kaybı, uyku bozuklukları gibi çeşitli ruh sağlığı zorlukları da pandemi döneminde karşılaşılan sorunlar arasındadır (Dubey vd., 2020; Quadros vd., 2021). Bu zorluklarla başa çıkmada bireyin sağlıksız davranışları ve başa çıkma stratejileri ruh sağlığını kötüleştirebilmekte ve madde bağımlılığını artırabilmektedir (Holmes vd., 2020). Literatürde, alkol kullanımına ilişkin çeşitli alışmalar (Alpers vd., 2021; Gonçalves vd., 2020) olmasına rağmen, hangi psikososyal özelliklerin bireylerin alkol tüketimini artırdığı net olarak bilinmemektedir. Öte yandan, bireysel bağlamda, her birey pandemi ile başa çıkmak için farklı başa çıkma stratejileri kullanabilmektedirler (Hatun vd., 2020). Örneğin, bazı bireyler (pandemi ile baş etmede) bilişsel başa çıkmayı kullanırken, bazıları aşkın veya davranışsal başa çıkmayı yoğun olarak kullanabilmektedirler (Burro vd., 2021; Partouche-Sebba vd., 2021). Bireysel özelliklerin (ör., kayıp, uyku sorunları, kaygı düzeyi) ve başa çıkma yöntemlerinin pandemi sırasında alkol kullanımı üzerindeki etkisinin bilinmesinin, pandemi sırasında ve sonrasında önleme ve müdahale çalışmalarına yol göstereceği düşünölmektedir. Tüm bu nedenlerle bu çalışma, pandemi sürecinde alkol bağımlılığının Őiddetini etkileyen risk faktörlerini belirlemeyi amaçlamaktadır.

#### Yöntem

Bu çalışmada, yaş gruplarına göre tabakalı örnekleme yöntemi kullanılarak Türkiye genelindeki 20 yaş üstü bireylere göre örnekleme belirlenmiştir. Örnekleme büyüklüğü %3 hata payı ile 1068 olarak hesaplanarak yaş gruplarına göre oranlandırılmıştır. Nicel yöntemin kullanıldığı bu çalışmanın amacı doğrultusunda; demografik veri formundan, Alkol Bağımlılığı Őiddeti Ölçeği (SADQ; Akyl et al., 2018), Alkol Kullanım Bozukluğu Tanıma Testi (AUDIT; Akvardar & Uçku, 2010; Babor et al., 2001), COVID-19 Anksiyete Ölçeği (CAS; Akkuzu et al., 2020; Lee, 2020) ve Salgınla Başa ıkma Ölçeği'nden (COS; Hatun et al., 2020) yararlanılmıştır. Çalışma, Haziran 2022 ile Ocak 2023 arasında Google Formlar aracılığıyla verileri çevrim içi olarak gerçekleştirilmiştir. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni (alkol bağımlılığının Őiddetini) nasıl tahmin edildiğini belirlemek için doğrusal regresyonda klasik tahmin yöntemi kullanılmıştır. Ayrıca pandemi döneminde alkol bağımlılığına ilişkin daha önce yapılan çalışmalara ilişkin ön bilgileri de dahil etmek amacıyla doğrusal regresyonda Bayesian tahmin yöntemi kullanılmıştır ve analize ön bilgiler dahil edilmiştir.

#### Bulgular

Alkol kullanımının Őiddetini etkileyen risk faktörlerinin belirlenmesi için pandemi döneminde alkol bağımlılığına ilişkin önceki çalışmalardan elde edilen ön bilgilerden yararlanılmıştır. Klasik doğrusal regresyon modelinde pandemi öncesinde yüksek alkol tüketiminin alkol bağımlılığı Őiddeti, pandemi öncesinde düşük alkol tüketimine göre 3,1 kat daha yükselmiştir. CAS (COVID-19 Kaygısı), bilişsel başa çıkma ve aşkın başa çıkma ve AUDIT'teki her bir birimlik artış için SADQ artmıştır. Bayesian doğrusal regresyon modelinde alkol bağımlılığının Őiddetini etkileyen değişkenlerin ise: "Cinsiyet + İř durumu + çalışma saatleri + Pandemi hastalığı nedeniyle bir yakının kaybı + Pandemi öncesi alkol tüketimi + CAS + (Pandemi ile baş etmede) bilişsel başa ıkma + (Pandemi ile baş etmede) davranışsal başa ıkma + AUDIT." olduğu saptanmıştır. Bunlara ek olarak, katılımcıların %84,27'si ( $n = 900$ ) uyku düzeninde/kalitesinde; %84,55'i ( $n = 903$ ) yeme düzeninde değişlik olduğunu belirtmişlerdir (bkz. Tablo 2). Katılımcıların %54,31'inde ( $n = 580$ ) uyku düzenine bağlı olarak alkol tüketiminin varlığı tespit edilmiştir.

#### Tartışma

Pandemi sürecinde bazı bireysel özelliklerin ve pandemiyle başa çıkma yöntemlerinin bireylerin alkol bağımlılığı üzerindeki etkisinin Bayesci yaklaşıma göre incelendiği bu çalışmada çeşitli çarpıcı sonuçlar elde edilmiştir. Bayesian tahminine göre alkol bağımlılığı Őiddetini etkileyen değişkenler "erkek olmak, işsizlik durumu, yüksek çalışma saatleri, pandemi öncesi alkol tüketimi, pandemi hastalığı nedeniyle bir yakının kaybı, COVID-19 anksiyetesi, (pandemi ile) bilişsel başa çıkma, (pandemi ile) davranışsal başa çıkma ve alkol kullanım bozukluğu" olarak bulunmuştur.

Çalışmanın bir diğer çarpıcı bulgusu ise regresyon modelinde, (pandemi ile) davranışsal başa çıkma değişkenindeki her bir birimlik artış için alkol bağımlılığı Őiddeti 0,27 birim azalmaktadır. İlişkisel başa çıkma değişkenindeki her bir birimlik artış için de alkol bağımlılığı Őiddeti değişkeni 0,12 birim azalmaktadır. Bireylerin anksiyete gibi stresli durumlarda davranışsal başa çıkma yöntemlerini kullanmaları, alanyazınla uyumlu olarak alkol tüketimini azaltan bir faktör olabilir (Beutler et al., 2003). Bu duruma ek olarak, alkol kullanımı fizyolojik bir arka plana sahip olduğundan, bilişsel ve davranışsal bileşenlerinin ilişkisel başa çıkmadan daha baskın olabileceği düşünölmektedir. Nitekim Bayesian yaklaşımı, klasik regresyon modelindeki "aşkın başa çıkma" ve "ilişkisel başa çıkma" anlamlı değişkenlerinin alkol bağımlılığı Őiddetini etkilemediğini kanıtlamıştır.

Bu çalışmanın bir diğer bulgusu, katılımcıların %84,3'ünün uyku düzeninde/kalitesinde ve %84,55'inin yeme düzeninde değişiklik bildirmiş olmasıdır. Literatürde elde edilen sonuçları destekleyen çeşitli çalışmalar bulunmaktadır (Devoe vd., 2023). Pandemi ile birlikte değişen yaşam koşulları, psikolojik ve sosyal düzendeki değişimler ve tüm bu durumların neden olduğu depresyon ve anksiyete bireylerde yeme ve uyku bozukluklarının nedeni olabilir (Papagiouvanni vd., 2022). Uyku ve yeme alışkanlıklarının bireyin öz bakım becerileri arasında yer aldığı ve stres altındayken etkilenen ilk rutinlerden biri olabileceği düşünüldüğünde, pandemi gibi stresli bir durum için bireylerde bu belirtilerin varlığının önleme ve müdahale çalışmalarına yol göstereceği düşünülmektedir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, çalışmanın bulguları, katılanlarla benzer sosyodemografik özellikler sergileyen katılımcılara genellenebilir. İkinci olarak, sonuçların dahil edilme kriterleri bağlamında değerlendirilmesi önemlidir. Bu çalışmada 20 yaş altı olma, psikiyatrik tedavi almış olma, Türkiye'de yaşamama araştırmaya dahil edilmeme kriterleridir. Son olarak, çalışma, Haziran 2022 ve Ocak 2023 tarihleri arasında web-form aracılığıyla çevrim içi olarak gerçekleştirilmiştir. Çevrim içi veri toplamanın internet erişimi olmayan bireylere erişimi engelleyen bir dezavantajı bulunmaktadır.

Sonuç olarak, araştırmanın bulgularına dayanarak pandemi ve pandemi sonrası süreçlerde bireylerin psikolojik iyilik hallerinin artırılmasına yönelik çalışmaların gerekli olduğunu ve toplum sağlığını tehdit eden unsurlardan biri olan bağımlılıkla mücadelenin bu dönemlerde ayrı bir önem taşıdığı söylenebilir. Gerekli bir dizi eğitim ve mücadele faaliyeti ile bireyler bu konuda bilinçlendirilebilirler. Bu doğrultuda halk sağlığının korunması için tıbbi, psikolojik ve sosyal alanlarda topyekün bir mücadele sistemi geliştirilebilir, mevcut alkol bağımlılığı eğitim programları pandemi doğrultusunda revize edilebilir; cinsiyet, kayıp yaşama, işsiz olma, çalışma saatlerinin fazlalığı gibi değişkenler açısından risk grupları belirlenerek bu bireylere öncelikli olarak hizmet sunulabilir. Ayrıca psiko-eğitim programlarında pandemi ile bilişsel ve davranışsal başa çıkma yöntemlerine yer verilebilir, medya gibi çeşitli kanallar aracılığıyla bireylerin yaşadıkları stresle baş etmelerinde bu başa çıkma yöntemlerini kullanmaları teşvik edilebilir. Ayrıca son yıllarda hayata geçirilmiş olan Tele Tıp ile pandemi koşullarında bireylere daha rahat erişim sağlanarak daha kapsamlı bir farkındalık çalışmaları oluşturulabilir.