

Genişletilmiş Özet

Adolesanlarda Madde Bağımlılığı ve Önleme

Giriş

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre adolesan dönemi 10-19 yaşları arasını kapsamaktadır. Dünya nüfusunun %20'sini oluşturan adolesanlar, madde kullanımı açısından en riskli dönemdedirler. Çünkü bu dönemde adolesanların beyinleri halen gelişim sürecindedir. Bilişsel, duygusal, sosyal ve fiziksel yönden yeterli olgunluğa ulaşmamış ve kendi sınırları konusundaki farkındalıkları azdır. Bilişsel, duygusal, sosyal ve fiziksel yönden tam olarak gelişimini tamamlamamış adolesanlar, bağımlılık bozukluklarında bilişsel, davranışsal ve psiko-sosyal olarak çeşitli semptomlar göstermekte, bireysel ve toplumsal düzeyde çeşitli problemlere sebep olmaktadır. Bağımlılığın başlama, sürdürme ve ilerleme gibi birtakım gelişim ve değişim evrelerinin de olduğu düşünüldüğünde madde bağımlılığı çok değişkenli ve karmaşık bir süreci kapsamaktadır.

Adolesan dönemde bireylerin madde kullanımı çeşitli nedenlerden kaynaklanmaktadır. Bunlar arasında ilk sırada merak duygusu yer almaktadır. Madde kullanım nedenleri içerisinde arkadaş çevresi de önemli yer tutmaktadır. Adolesan için arkadaşlarından onay görmek, arkadaş grubunun içerisinde yer almak son derece önemlidir. Adolesan için farklı görünmek ve çevre tarafından takdir edilmek büyük önem taşıdığından adolesan madde kullanımına yönelmektedir. Adolesanın madde bağımlısı olma nedenlerinden bir diğeri yaşadığı sorunlar nedeniyle kendisini çaresiz ve yalnız hissetmesidir.

Avrupa'da adolesanlar arasında madde kullanım oranındaki değişim 20 yıllık süreçte incelendiğinde alkol, sigara ve kenevir tüketiminde düşüş olduğu gözlenmiştir. The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs (ESPAD, 2015) verilerine göre 15-16 yaş grubunda genel olarak madde kullanım oranı kızlara göre erkeklerde, esrar ve psikoaktif maddelerin kullanımı erkeklerde, sigara kullanımı ise kızlarda yüksektir. Türkiye'de ise İçişleri Bakanlığı Emniyet Genel Müdürlüğü Narkotik Suçlarla Mücadele Daire Başkanlığı (2018) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre; hayatında ez az bir kere madde kullananlarda en yüksek oran (%35,4) 15-24 yaş grubundadır. ESPAD (2019) verilerine göre on yıldır nikotin kullanımında yeni bir büyümeden bahsedilmektedir.

Adolesanlarda madde bağımlılığını önleme ve erken müdahale programlarının bu sorunun çözümünde en uygun yöntem olduğu bildirilmiştir. Madde bağımlılarının tedavisi ve topluma yeniden kazandırılması için harcanan emek ve maliyetin, önleme boyutunda harcanan emek ve maliyetten çok daha fazla olması, önleme çalışmalarının önemini ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda, hükümetler başta olmak üzere sivil toplum kuruluşları, öğretmenler, aileler ile birlikte özellikle toplum sağlığı, okul sağlığı alanında çalışan hemşire ve diğer sağlık profesyonellerine önemli sorumluluklar düşmektedir. Bu makalede, adolesanlarda madde kullanımına neden olan risk faktörleri, koruyucu faktörler ile madde bağımlılığının önlenmesine yönelik yapılan önleme, önleme programları ve madde bağımlılığın önlenmesinde hemşirelerin rolleri tartışılacaktır.

Yöntem

Bu derleme çalışması için araştırmacılar "Google Akademik, Pubmed, Cochrane, Science Direct, EBSCOhost" veri tabanlarını taramıştır. Tarama Türkçe "bağımlılık, adolesan, eğitim, korunma, madde kullanımı, hemşirelik, pediatri hemşireliği" anahtar kelimeleri, İngilizce ise "addiction, adolescent, education, prevention, substance abuse, nursing, pediatric nursing" anahtar kelimeleri ile kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular

Adolesanlarda madde bağımlılığına neden olan ve yatkınlığı arttıran bazı risk faktörleri bulunmaktadır. Bunlar;

- Aile öyküsünde madde kullanım bozukluğunun bulunması,
- Erken yaşta madde kullanmaya başlamış olması,
- Komorbid psikiyatrik hastalığının bulunması,
- Ebeveyn/arkadaşlarının madde kullanması,
- Düşük akademik performansının olmasıdır.

Madde bağımlılığını önleme çalışmaları, madde bağımlılığı ile mücadelenin en etkili ve ekonomik yöntemi olarak kabul edilmektedir. Bu çalışmalar ile madde kullanımını önlemek, erken yaşlarda madde kullanımına yönelik deneme davranışlarını ve maddeye başlamasını engellemek, madde kullanımı ve buna bağlı gelişen davranışsal ve duygusal sorunları azaltmak, her türden bağımlılık yapıcı maddeye başlama yaşını ertelemek, kişiyi maddeye karşı daha güçlü ve kararlı hâle getirebilmek amaçlanmıştır.

Önleme programları, madde kullanımına başlama yaşını geciktirme ve diğer maddelere başlamayı güçleştirme noktasındaki işlevi ile madde bağımlılığı ile mücadelede çok ciddi bir rol oynamaktadır. Dolayısıyla önleme programları üzerinden erken yaşlarda

kazandırılacak yaşam becerileri sayesinde bireylerin madde bağımlılığından bütünüyle uzak tutulması mümkün görünmektedir. Bu da adolesanlara erken yaşta kazandırılacak yaşam becerileri ile olmaktadır.

Yaşam becerilerinin kazandırılması hedeflenen önleme programlarında, süreci belirleyen ve önleme çalışmalarında birey, aile, okul, toplum ve çevreden oluşan müdahale alanları bulunmaktadır. Her bir alanın sahip olduğu özellikler ve koşullar düşünüldüğünde hem bir risk faktörü hem de koruyucu bir faktör olarak işlev görmektedir. Bu nedenle önleme çalışmalarında birey, aile, okul, toplum ve çevreye yönelik yapılacak çalışmalar önemli fırsatlar sunmaktadır.

Madde kullanımına karşı geliştirilen önleme programlarında aile odaklı çalışmaların önemli olduğu bildirilmektedir. Aile odaklı önleme programlarında amaç, ebeveynlere çocuklarını maddeden uzak tutabilmelerine yarayacak beceriler edindirmektir. Bu programlarda ailelere temel ebeveynlik, çocuklarına yardım edebilme ve aile iş birliği ile işlevselliğini sağlamaya dönük beceriler kazandırma konularında bilgilendirme yapılması hedeflenmektedir.

Okul odaklı önleme programları da adolesanlarda madde bağımlılığını ve suçluluk risklerini azaltmada etkin bir rol alabilecek önemli bir fonksiyondadır. Okul temelli önleme programlarında amaç; öğrencilere yaşam becerileri kazandırarak onları maddeye, madde kullanımına ve madde kullanımının olumsuz sonuçlarına karşı güçlendirmektir. Bu doğrultuda olumlu etkileri öne çıkan okul temelli önleyici programlar gündeme gelmektedir. Okul temelli önleyici programlara örnek verecek olursak; Project School Using Coordinated Community Efforts to Strengthen Students (SUCCES), Project Towards No Drugs Abuse (TND), Project ALERT, Project Life Skills Training (LST) vb.'dir. Okullar, madde kullanımı önlemeye dönük olarak koruyucu, önleyici ve geliştirici rolleriyle daha öncelikli bir konumdadır. Ancak madde bağımlılığını önlemek için gerek ulusal gerekse uluslararası düzeyde uygulanabilir ve sürdürülebilir programlara ihtiyaç duyulmaktadır.

Bağımlılığın önlenmesinde sağlık ekibi üyelerinden biri olan hemşirelerin rolleri ele alındığında; madde kullanımı ile ilgili risklerin tanınması ve gerekli önlemlerin alınmasını sağlamak, madde kullanımını önleme konusunda eğitim vermek ve farkındalık yaratmak, adolesanlara ve ailelere destekleyici, rehabilite edici ve tedavi edici yaklaşımda bulunmak, sağlık ekibinin diğer üyelerine bu konuda eğitimler vermek, hemşirelik uygulamalarının gelişimi için araştırmalar yapmak ve meslektaşları ile bunları paylaşmaktır.

Tartışma

Adolesan dönemde bağımlılıkla mücadele, günümüzde çözüm bekleyen öncelikli problemlerdendir. Bu problem, yapısı gereği çok taraflı ve koordineli bir mücadeleyi gerektirmektedir. Küreselleşme ve teknolojinin günümüzde kazandığı ivme ile bireyin gelişimini izleme ve değerlendirme sistemlerinin teknoloji destekli kurulması, risk haritalarının oluşturulması ve risk gruplarının güçlendirilmesi için ulusal ve uluslararası kaynakların etkin bir şekilde kullanılması gerekmektedir. Madde bağımlılığı ile etkin bir şekilde mücadelede koruyucu, önleyici programlar ve rehabilite edici çalışmalar; sistemli, bütüncül, çok sektörlü, disiplinler arası, karşılıklı iletişime dayanan bir yapıda olmalıdır. Bu bağlamda hemşirelere çok büyük sorumluluklar düşmektedir. Madde bağımlılığını önlemede hemşirelerin uygulayacağı temel stratejiler; kişiyi riskli durumdan korumak, böylece problem oluşmadan riski ortadan kaldırmak, madde bağımlılığı belirlenen adolesanda ise tedavi ve rehabilitasyona yönelik girişimler uygulamaktır. Madde bağımlısı bireylerin rehabilitasyonu için ayrılan zaman ve maliyet çok yüksek olduğu düşünüldüğünde hemşireler tarafından önleme çalışmalarının ulusal düzeyde etkili programlar ile gerçekleştirilmesi gerekmektedir. Önleme faaliyetleri, 21. yüzyıl gerçeklerine ve çağdaş standartlara uygun, bireyin güçlenmesini hedefleyen tarzda olmalıdır.