

## Pandemi + Bağımlılıklar = Sindemi ve Bir Eğitim Toplantısı

*Pandemic + Addictions = Syndemics  
and A Training Program*



Berna Diclenu ULUĞ

2022 yılının başında, 25 Ocak-3 Şubat tarihleri arasında Prof. Dr. Rabia Bilici'nin daha uzun soluklu bir projenin ilk basamağı olarak düzenlediği on tam gün süreli çevrimiçi bir eğitici eğitimi toplantısı gerçekleşti. Bu toplantının amacı bağımlılık alanında çalışan kişilerin sahip olması istenen kuramsal ve uygulamalı bilgileri içeren uluslararası ve yapılandırılmış bir eğitim programının, eğitici olabilecek kişilere tanıtılması idi. "Evrensel Tedavi Öğretim İzlenesi" ("Universal Treatment Curriculum") başlığı taşıyan bu eğitim programı "Bağımlılık Bilimi" ile başlayıp "Bağımlılık Çalışanları için Etik" konusuna uzanan sekiz ana bölümden oluşuyor (The UTC for Substance Use Disorders, 2020). Toplantıda hem eğitim materyalini hem de eğitim-öğretim tekniklerini kapsayan Eğitici Kılavuzlarının 2020 yılında güncellenmiş dördüncü baskısı, uluslararası eğiticiler ve katılımcılar tarafından baştan aşağı gözden geçirildi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi AMATEM Kliniği ile Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı ve Bağımlılık Araştırma Merkezi çalışanlarının ve Sağlık Bakanlığı temsilcisinin yer aldığı eğitici eğitimi toplantısı, başlangıçta da belirtildiği gibi, bağımlılık alanında çalışan kişilerin sayıca artırılması ve bilgi beceri düzeylerinin yükseltilmesini hedefleyen bir projenin ilk basamağı olarak planlandı ve bu alanda ülkemizde yürütülmekte olan pek çok çalışmaya önemli bir katkı sağlaması bekleniyor.

Alkol ve madde bağımlılığı ve davranışsal bağımlılıklar ülkemizde ve bütün dünyada çok sıcak bir konu. Bireyleri, aileleri ve tüm toplumu çok olumsuz etkiliyor. Sağlık hizmetleri sistemlerinde, bu konuda artan gereksinimin karşılanabilmesi için değişiklikler ve iyileştirmelerin bir an önce yapılması gerekiyor. COVID-19 pandemisinin bağımlılık bozukluklarının yaygınlığını ve gidişini nasıl etkilediği çok önemli bir araştırma

sorusu. Bu alanda epidemiyolojik araştırmalar, daha çok ABD ve Avrupa ülkelerinde yapılıyor (Volkow ve Blanco 2021). Ülkemiz dâhil birçok ülkede toplum örneklemine dayalı güvenilir epidemiyolojik veriler bulunmadığı için pandemi öncesi-sonrası karşılaştırmalarını yapmak kolay değil ne yazık ki. Yıllık toplum ve okul taramalarının yapıldığı ABD'den bile pandemi döneminde sağlıklı veri toplanamadığına dair bilgiler geliyor (Blanco ve ark. 2020). Yine de özellikle bu alanda çalışanların gözlemleri ve klinik örneklemeler, pandeminin ve beraberinde gelen yalnızlaşma, hizmete erişimdeki güçlükler gibi sorunların, bu hasta grubunu çok olumsuz etkilediğini, onlar için "mükemmel bir fırtına" yaratmış olduğunu ve sonucun bir "ikili salgın (syndemics)" haline gelmiş olduğunu gösteriyor (Volkow 2020).

COVID-19 pandemisi, yalnızca bağımlılıkların değil, tüm ruhsal hastalıkların izlem ve sağaltım süreçlerinde ciddi aksamalara sebep olmuştur. Pandemi dönemi, psikotik bozukluk, duygudurum ya da anksiyete bozukluğu gibi ruhsal rahatsızlıkları olan hastaları toplumun birçok kesiminden daha çok etkilemiştir (Yao ve ark. 2020). Tedavi ihtiyaçları pandemi öncesi dönemde de zaten karşılanamayan sigara, alkol ve madde kullanım bozukluğu hastalarının tedaviye erişimleri bu dönemde iyice zorlaşmış, bu grup hem beden ve ruh sağlığı hem de sosyal yaşam bakımından pandeminin yol açtığı her türlü komplikasyona daha açık hale gelmiştir. Örneğin sigara ve esrar kullanan kişilerde yüksek oranda görülen solunum sistemi sorunları, COVID-19 enfeksiyonu ve komplikasyonlarına karşı ciddi bir zayıflık yaratmaktadır. Çin Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi verilerine göre COVID-19 vaka ölüm oranı genelde %2,3 iken kronik solunum sistemi hastalıkları olanlarda %6,3'e yükselmektedir (Wu ve ark. 2020). Sigara ve diğer madde bağımlılıklarına sık olarak eşlik eden kronik obstrüktif

**Geliş Tarihi:** 24.02.2022, **Kabul Tarihi:** 25.02.2022, **Çevrimiçi Yayın Tarihi:** 04.03.2022

Prof., Hacettepe Üniv. Tıp Fak., Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD, Ankara, Türkiye.

**BDU:** <https://orcid.org/0000-0001-7949-7344>

**Dr. Berna Diclenu Uluğ, e-posta:** [dulug@hacettepe.edu.tr](mailto:dulug@hacettepe.edu.tr)

akciğer hastalığı, kalp-damar hastalıkları ve diğer solunum sistemi hastalıklarının bu grupta prognozu kötüleştirdiği önceki korona virüs salgınlarında da saptanmıştır. Opioidler, metamfetamin ve diğer uyarıcı maddelerin kullanımı da solunum sistemi sorunları ve enfeksiyonu bakımından bir risk etkeni olduğu akıld tutulmalıdır. Opioidler solunum baskılayıcı etkileri nedeniyle hipoksemiye, metamfetamin ise yüksek derecede toksik etkisiyle akciğerde hasara, pulmoner hipertansiyona ve kardiyomiyopatiye yol açmaktadır. Dolayısıyla bu gruplarda da COVID-19 ile ilgili komplikasyonlara hazır olunmalıdır.

Öte yandan salgınla gelen ve yerleşen yeni yaşam biçimleri, örneğin evden çalışma veya yalnız geçirilen zamanın artmış olması, alkol tüketimini arttırmakta; içki içmek stresle başa çıkma ve zaman geçirme aracı haline gelmektedir. Sıklık ve miktarı artan alkol alımı, bireyi, çok içme- yoksunluk belirtileri- yeniden içme isteği evrelerinden oluşan bağımlılık döngüsüne sokmaktadır. Tedavi almakta olan hastalarda ise, tedavinin sürekliliği bozulmakta; bu da depresmeye (yeniden içmeye başlamaya) yol açmakta, ayıklığı sürdürmek için uygulanan istek giderici tedavileri kesintiye uğratmaktadır. Tedavilerde aksama opioid bağımlılığı olan hastalarda daha da yoğun biçimde izlenmektedir. Opioid bağımlılığının ülkemizde ciddi bir sağlık sorunu olduğu bilinmektedir (TUBİM 2018). Sorunun ABD’de son on yıldır gösterdiği artış, “opioid epidemisi” olarak adlandırılmakta olup bunun üstüne COVID-19 pandemisinin eklenmesi “gürültülü bir çarpışma” olarak nitelenmektedir (Katri ve Perrone 2020). ABD’de reçete ile satılan opioidlere bağımlılık ön planda iken ülkemizde ve Avrupa ülkelerinde daha çok eroin bağımlılığı ile mücadele edilmektedir. Eroin bağımlılığı, tanı ve tedavi süreçleri bakımından ciddi güçlükler gösteren bir hastalıktır. Hastanın özelliklerine göre doğru tedavi türünün seçimi (agonist veya antagonist ilaçlar) kadar, seçilen tedaviye özgü işlemlerin ve psikososyal müdahalelerin uygulanabilmesi de bu alanda uzmanlık, deneyim ve iyi kurulmuş bir sistemi gerekli kılmaktadır. Bu koşulları gerektiren opioid bağımlılığı tedavilerinde, pandemi döneminde yoksunluk krizlerini yatıştırmaya yönelik agonist tedavilerin (buprenorfin) verilemediği ya da kesintiye uğradığı, etkiyi ve kullanımı önleyen antagonist ilaçların (naltrekson) cilt altı pellet uygulamalarının yapılamadığı bilinmektedir. Bu engellerin aşılması için bu ilaçların raporlanma, reçetelenme ve evde kullanım için verilme koşullarının daha esnekleştirilmesi gibi önlemlerin alınması önerilmektedir (SAMSHA 2020).

Bağımlılık hastalarının çoğunda görülen tedaviye uyum sorunları, ailelerin zorlanmaları, tedavilere ulaşım ve tedavilerin sürdürülmesindeki güçlükler eroin bağımlılığına yaklaşımı, özel bir uygulama alanı haline getirmektedir. “Normal” olarak tanımlanan yaşam düzeninde bile pek çok sorun yaşamakta olan bu hastalar, pandemi koşullarında, tedaviye erişim imkânsızlıklarından var olan destek gruplarını ya da işlerini kaybetmeye kadar uzanan çeşitli güçlükler yaşamaktadır. Sosyal mesafe kuralları ve sosyal izolasyon, iyileşme sürecinde olan

hastaların psikososyal desteklerini kesmekte ve destek gruplarına katılımlarını aksatmaktadır. Bu hastalar, afet dönemlerinde toplum topyekûn büyük bir güçle mücadele ederken, her zamankinden daha da çok damgalanmakta, ihmal edilmekte, tedavisiz kalmakta, zaman zaman öldürücü de olabilen aşırı dozla zehirlenme ya da kesilme durumlarına girmektedir. Kesilme krizleri şiddet ve saldırganlığa yol açabilmektedir. Bu nedenlerle hastalığın hasta, ailesi, yakın çevresi ve toplum üzerindeki yükü artmaktadır. Dolayısıyla bu hastaların pandemi koşullarından olumsuz etkilenmeleri ağır bir halk sağlığı sorunu haline gelmektedir.

Pandemi süreci sigara, alkol ve madde bağımlılıklarının yanı sıra kumar oynama, internette kumar oyunlarına katılma, internet oyunlarına ve sosyal medyaya aşırı derecede bağımlı olma gibi davranışsal bağımlılıkları da arttırmıştır (Avena ve ark. 2021). “Evde kal” uygulamalarının başlaması ile birlikte çevrimiçi poker oyuncularının sayısı %255 oranında artış göstermiştir. Tüm bağımlılık türlerindeki artış ile birlikte tedavi ve psikososyal müdahaleler için gereksinimin artması, bu alanda yeni çözüm önerilerinin ve uzun dönemli planların geliştirilmesini zorunlu kılmaktadır. Bu planlar hiç kuşkusuz insan gücü kaynaklarının ve hizmet ağlarının artırılması ve gereksinimi karşılayacak şekilde niteliklerinin yükseltilmesi hedefine yönelmek zorundadır. Önyazının başında sözü geçen Evrensel Tedavi Öğretim İzencesi gibi eğitici eğitimi etkinliklerinin bağımlılıklar alanında uygulanması ve yaygınlaştırılması, bu çerçevede anlam ve önem kazanmaktadır.

## KAYNAKLAR

- Avena NM, Simkus J, Lewandowski A, Gold MS, Potenza MN (2021) Substance use disorders and behavioral addictions during the COVID-19 pandemic and COVID-19 related restrictions. *Front Psychiatry*, 12: 653674.
- Blanco C, Compton WM, Volkow ND (2020) Opportunities for research on the treatment of substance use disorders in the context of COVID-19. *JAMA Psychiatry* 78: 357-8.
- Katri UG, Perrone J. Opioid use disorder and COVID-19: Crashing of the crisis. *J Addict Med* 14: e6-e7.
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration. Opioid treatment program guidance. 16 March 2020. 18.03.2020’de [www.samhsa.gov/sites/default/files/otp-guidance-20200316.pdf](http://www.samhsa.gov/sites/default/files/otp-guidance-20200316.pdf) adresinden erişilmiştir.
- The Universal Treatment Curriculum for Substance Use Disorders (2020) Department of State USA, Colombo Plan, Drug Advisory Program.
- Türkiye Uyuşturucu Raporu (2018) 21.02.2022’de <http://www.narkotik.pol.tr/kurumlar/narkotik.pol.tr/Duyurular/2018%20TURKIYE%20UYUSTURUCU%20RAPORU.pdf> adresinden erişilmiştir.
- Volkow ND (2020) Collision of the COVID-19 and Addiction Epidemics. *Ann Intern Med* 173:61-2.
- Volkow ND, Blanco C (2021) Research on substance use disorders during the COVID-19 pandemic. *J Subst Abuse Treat* 129:108385.
- Wu Z, McGoogan JM (2020) Characteristics of and important lessons from the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in China: summary of a report of 72.314 cases from the Chinese Center for Disease Control And Prevention. *JAMA* 323:1239-42.
- Yao H, Chen J-H, Xu Y-F. Patients with mental health disorders in the COVID-19 epidemic. *Lancet Psychiatry* 2020; 7: e21.