

## OBSESİF KOMPULSİF BOZUKLUK TANILI HASTALARDA ANKSİYETE DUYARLILIĞI, MİZOFONİ VE BİLİNÇLİ FARKINDALIK ARASINDAKİ İLİŞKİ - ÖN ÇALIŞMA

Mahmut Onur Karaaytuğ<sup>1</sup>, Hale Nur Çakar<sup>1</sup>, Lut Tamam<sup>1</sup>, Mehmet Emin Demirkol<sup>1</sup>, Zeynep Namli<sup>1</sup>, Caner Yeşiloğlu<sup>1</sup>, Ali Meriç Kurt<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Adana

**Giriş:** Obsesif-Kompulsif Bozukluk (OKB), yineleyici, istemsiz saplantılı dürtü, düşlem, düşünceler ve oluşan kaygıyı azaltmak için yapılan tekrarlayıcı davranışlar veya zihinsel eylemlerle karakterizedir. Mizofoni, belirli seslere karşı aşırı öfke, tiksinti veya kaygı tepkileriyle tanımlakta ve OKB spektrumu ile ilişkilendirilmektedir. Anksiyete duyarlılığı OKB şiddetini etkileyebilecek bir değişken olup, mizofoniyle de ilişkili bulunmuştur. Ayrıca bilinçli farkındalık gibi psikolojik değişkenlerin bahsedilen ilişkiler üzerindeki etkili olabileceği gösterilmiştir. Bu çalışmada, OKB tanılı bireylerde anksiyete duyarlılığı, bilinçli farkındalık ve mizofoni düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

**Yöntemler:** Çalışmaya DSM-5 tanı ölçütlerine göre OKB tanısı almış, yaş ortalaması  $29,57 \pm 10,9$  olan 47 birey (29 kadın, 18 erkek) dahil edilmiştir. Katılımcılara Mizofoni Belirti Listesi (MBL), Anksiyete Duyarlılığı İndeksi-3 (ADİ-3), Bilinçli Farkındalık Ölçeği (BİFÖ) ve Yale- Brown Obsesyon Kompulsiyon Ölçeği uygulanmıştır. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Balcalı Hastanesi Etik Kurulu çalışmayı onaylamıştır (18.07.2025/55).

**Sonuçlar:** Katılımcıların %74,5'i evli, %42,6'sının ailesinde ruhsal hastalık öyküsü bulunmuş, ortalama hastalık süresi 7,4 yıl

olarak saptanmıştır. Katılımcıların BİFÖ ortalama puanı  $55,74 \pm 13,07$ ; MBL toplam puanı  $108,08 \pm 32,47$ ; ADİ-3 toplam puanı  $33,70 \pm 18,91$ 'dir. ADİ-3 alt boyut ortalamaları sırasıyla fiziksel:  $10,78 \pm 7,96$ ; bilişsel:  $13,19 \pm 7,19$ ; toplumsal:  $9,72 \pm 6,09$ 'dur. Mizofoni puanı, ADİ-3'ün fiziksel ( $r = 0,706$ ), bilişsel ( $r = 0,614$ ) ve toplumsal ( $r = 0,472$ ) alt boyutlarıyla pozitif yönde anlamlı korelasyon göstermiştir ( $p < 0,001$ ). BİFÖ puanı ise mizofoni ( $r = -0,540$ ) ve ADİ-3 ile anlamlı ve negatif yönde koreleyken OKB semptom şiddetiyle ilişkili değildi.

**Tartışma ve Sonuç:** Anksiyete duyarlılığı ile mizofoni arasındaki pozitif ilişki, OKB gibi yüksek kaygı düzeyine sahip bireylerde çevresel uyaranlara karşı artmış tepkiselliği düşündürmektedir. Bilinçli farkındalık düzeyinin artmasıyla, bireylerin tetikleyici işitsel uyaranlara yönelik içsel deneyimlerini daha az yargılayıp daha kabullenici bir tutum geliştirdiği ve anksiyeteye ilişkin bedensel duyumları daha az tehdit edici algıladığı şeklinde yorumlanabilir. Bu durum, hem anksiyete duyarlılığında hem de mizofoni belirtilerinde azalmaya katkı sağlayabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Bilinçli farkındalık, anksiyete duyarlılığı, mizofoni, obsesif kompulsif bozukluk