



**BURSA TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ KOORDİNATÖRLÜĞÜ**



BAĞIMLILIK YAPAN MADDELERİN KULLANIMININ ZARARLARI

1-Eğitimin amacı

- Madde, bağımlılık, yoksunluk, tolerans kavramlarını,
- Uyuşturucu ve bağımlılık yapıcı maddelerin özelliklerini ve etkilerini,
- Risk gruplarını ve alınacak önlemleri,
- Madde bağımlılığı ile mücadele ve tedavi yöntemlerini öğrenmek.



2-Dünya'da ve Türkiye'de madde ticareti, bugünkü durum

- Bağımlılık yapan maddeler çok kazançlı bir ticaret kaynağıdır.
- Türkiye madde ticaretinde çok önemli bir ticaret yolunun üstündedir.
- Madde ticareti, geçiş yaptığı yol üstünde geniş bir pazar bulmak ve malını buraya satmak isteyecektir.
- Dünyada büyük karteller madde ticaretini yönlendirmektedir.
- Satıcılar klasik tanıtım tekniklerini kullanmaktadırlar.



3-Tanımlar-Kavramlar

Madde

- Sakinleştirici ve uyarıcı etkileri olan, giderek daha fazla alma isteği ve alınmadığında yoksunluk belirtileri doğuran kimyasal maddelere “uyuşturucu madde” adı verilir.

Bağımlılık

- Bağımlılık kişinin kullandığı madde üstünde kontrolünü kaybetmesi ve onsuz bir yaşam sürememeye başlamasıdır.



1998



2002

Psikolojik Bağımlılık (Alışkanlık)

- Uyuşturucu maddeler duygularımıza etki ederken sınırlı sayıda belirti ortaya çıkmasını bekleriz, tabii ki beklenen etkilerin hiç biri doğal değildir.
- İnsanı; mutlu, neşeli, gergin veya gevşemiş, şaşkın veya algıları uyarılmış ve hayal gören bir kişi yapabilir.
- Ortaya çıkan bu değişikliklerin sebebi; uyuşturucu maddenin beyin kimyasını ve beyindeki algılayıcıları etkileyerek onları değişikliğe uğratmasıdır.

Psikolojik Bağımlılık (Alışkanlık)

- Maddelerin bu keyif verici etkileri psikolojik bağımlılık veya alışkanlık diye bilinen bir durumun ortaya çıkmasına sebep olur.
- Psikolojik bağımlılık bir maddeyi kullandığınızda kendinizi tekrar onu kullanma isteği içinde bulmanız olarak tanımlanır.
- Bu istek belki aynı gece, belki de iki hafta sonra ortaya çıkacaktır, ancak sonuç aynıdır.

Fiziksel Bağımlılık (Müptelalık)

- Vücut tekrarlanan madde kullanımlarında maddenin ani etkilerine karşı bir direnç geliştirirse fiziksel bağımlılık oluşur.
- Madde etkilerine rağmen normal işlevini sürdürebilme çabaları içinde olan vücutta hücre zarı, algılayıcılar ve beyin kimyası bir dizi değişikliğe uğrar.
- Bu durumun ortaya çıkması günler, haftalar sürebilir, bu nedenle fiziksel bağımlılığın azalması veya kaybolması için de benzer bir zaman süresinin geçmesi gerekmektedir.

Yoksunluk

- Fiziksel bağımlılık ortaya çıktıktan sonra, kullanılan madde miktarını azaltma veya tamamen kesme çabası, yoksunluk belirtisi olarak bilinen bir dizi sorunun ortaya çıkmasına sebep olur.



22



33

Tolerans

- Kullanılan madde miktarının giderek arttırılmasıdır. Her zaman kullanılan miktar istenen etkiyi yaratmadığından kişi kullandığı madde miktarını aynı etkiyi sağlayabilmesi için giderek artırma gereksinimi duyar.

4-Madde çeşitleri-özellikleri-etkileri

Kullanımı yasadışı olan maddeler

- Esrar
- Eroin
- Kokain
- Ecstasy
- Amfetamin
- Halüsinojenler (LSD, Magic mushroom)
- Sentetik Kannabinoid (Bonzai, Jamaikan)



Esrar

- Akıl hastalığına yol açabilir. Şizofreni riski kullanmayanlara göre 7 kat fazladır.
- Sık ve düzenli kullanıldığında bağımlılık yapar.
- Kişinin düşünme, öğrenme ve sorun çözme yetisini azaltır.
- Panik atak ve depresyona yol açar.
- Uzun süre kullananlarda tembelliğe yol açar.
- Alınganlık veya Paranoya yapabilir.
- Rahatlayamama, gevşeyememe, uyku bozukluğu görülebilir.
- Akciğer kanserine yol açar.

Eroin

- Şiddetli bağımlılık yapar.
- Bulantı, kusma, mide spazmlarına
- Baş dönmesi, kabızlık, diş çürümesine
- Cinsel istek azalmasına
- Solunum bozukluğu ve ölüme neden olur.

Kokain

- Burun kanamaları
- Beyin damarlarında tıkanma
- Beyin kanaması
- Cinsel iktidarsızlık
- Migren tipi baş ağrılarına neden olur.



Ecstasy

- Uykusuzluk ve geçici Paranoyaya neden olabilir.
- Kalp, hipertansiyon, epilepsi hastalığı olanlarda ciddi sorunlara neden olur.
- Diş sıkma, geçmeyen kulak çınlaması
- Çarpıntı, titreme ve iştahsızlık yapabilir.
- Aşırı hareketten dolayı su kaybı, beden ısısında aşırı yükselme ölüme yol açabilir.
- Böbrek ve karaciğer hasarı yapabilir.

Amfetamin

- İştah azalmasına neden olur.
- Uykusuzluk, huzursuzluk, şüphecilik ve düşmanlık duygusu oluşturur.
- Beyin damarlarında, kalpte ve sindirim sisteminde yan etkilere neden olurlar.



Sentetik Kannabinoid (Bonzai, Jamaikan)

- Hızlı ve şiddetli bağımlılık gelişir.
- Öğrenme ve hafıza üzerine kalıcı olumsuz etkileri olabilir.
- Esrardan 14-90 kat daha yüksek etkiye sahiptir.
- Ölüme yol açabilir.

Halüsinojenler (LSD, Magic mushroom)

- Bulantı kusma
- Paranoya, Psikoz
- Panik atak
- Yüksek tansiyon, çarpıntı yapar.

Yasal Maddeler

- Sigara
- Kafein
- Alkol
- İlaçlar(Rohypnol, Rivotril, Klonazepam)
- Uçucu maddeler(Tiner, yapıştırıcılar, çakmak gazı)

Alkol

Bedensel etkiler

- Yüksek tansiyon, karaciğer hastalıkları-siroz, yorgunluk-enerji azlığı, mide ülseri-gastrit, kilo alımı, beyin hasarı

Ruhsal etkiler

- Depresyon, kaygı ve stres, cinsel işlev bozuklukları, öfke, aile-iş-sosyal çevrede sorunlar, bağımlılık, uyku problemleri



Uçucu maddeler (Tiner, yapıştırıcılar, çakmak gazı)

- Beyin üzerine doğrudan toksik etki yapar.
- Öğrenme ve hafıza üzerine olumsuz etki yapar.
- Baş dönmesi, sersemlik, görme bozukluğu yapar.
- Bağımlılık potansiyeli yüksektir.
- Beyin ve kalp üzerine etki ile ani ölüm sıklıkla meydana gelir.

İlaçlar

(Rohypnol-Flunitrazepam, Rivotril-Klonazepam)

- Alkol ile birlikte kullanıldığında bu etkileri daha da artar.
- Hafızada ciddi bozukluk yapar.
- Refleksleri ileri derecede bozar. Dikkat gerektiren işlerin(araç kullanmak gibi) yapılması sakıncalar doğurur.
- Yüksek dozda kullanılıp birden kesildiğinde Epilepsi nöbetlerine yol açabilir.
- Solunum baskılanması ve ölüme neden olur.

5-Bağımlılık döngüsü



6-Madde kullanımına yol açan etmenler

- **Merak:** En sık nedeni meraktır (*Bir kereden bir şey çıkmaz, Ben bağımlı olmam yanılığısı*).
- **Arkadaş Etkisi:** Arkadaş grubu dışında kalmama,
- **Sorunlar Karşısında Çaresizlik:** Sorunlarından bir süreliğine uzaklaşmak isteği mevcuttur.
- **Kendini Kanıtlama Güdüsü:** Toplumdan farklı olma, kendini ispat ve özgüven arayış çabası vardır.

Madde ve alkol deneyiminin arkasındaki gereksinim ve iyi niyetler

- Ait olduğunu hissetmek
- Sevildiğini hissetmek
- Eğlenmek
- Sosyalleşmek
- Bireyleşmek/Bağımsızlaşmak
- Rahatlamak
- Kaygıyı gidermek
- Kontrol elde etmek/Güçlü olduğunu hissetmek

7-Risk altındaki gençler- aile profili- eğitim ve iletişim

Uyuşturucu Kullanan Gençlerde

- Ailesel özellikler
- Çevresel faktörler
- Davranış sorunları
- Olumsuz ergenlik deneyimleri



Ailesel özellikler

- Parçalanmış, boşanmış aileler, aile içi şiddet
- Ebeveynlerden birinin kaybı
- Aile içinde uyuşturucu madde kullanan bir üyenin varlığı
- Aile içi iletişim eksikliği
- Baskı veya ilgisizlik
- Aile içinde gencin özdeşim kurabileceği bir bireyin olmaması

Çevresel faktörler

- Gelir durumu, uygunsuz barınma ve sağlık koşulları
- İşsizlik, madde kullanımının yüksek olduğu bir çevrede yaşamak

Davranış sorunları

- Duygularını ifade etmede güçlük, aşırı duyarlılık, stresle başa çıkamamak
- İlişki kurmada güçlük, özgüven düşüklüğü, isyankarlık, okul başarısızlığı
- Saldırgan davranışlarda bulunma, içe dönüklük, psikiyatrik sorunlar



Olumsuz ergenlik deneyimleri

- Özgüven eksikliği, başarısızlık duyguları, umutsuzluk
- Aile bireyleri ile kötü ilişkiler, değer görmeme



8-Yanlış bilinenler

- ocuğumu tedavi ettirirsem asla bir daha kullanmaz.
- Herkes uyuşturucu veya uyarıcı kullanıyor ve onlara bir şey olmuyor.
- Uyuşturucu bazı ülkelerde neden serbest?
- Çocuğum madde kullanıyorsa bu iradesiz olduğu anlamına gelir.
- Gençlikte olur böyle şeyler, dener, bırakır.
- Arkadaşımın uyuşturucu veya uyarıcı kullanması beni etkilemez.
- Madde kullanımı bir kişilik zafiyetidir.
- Esrar, alkol ve sigaradan daha tehlikeli değildir.
- Sadece kimyasal maddeler bağımlılık yapar.
- Kişi her gün madde kullanmıyorsa bağımlı değildir.
- Ben kontrol edebilirim, bağımlı olmam.

9-Önlemler

- Eğitim (Okulda, aile içinde ve kitle iletişim araçları ile)
- Ergenlerle kaliteli iletişim becerileri geliştirmek
- Rol-model oluşturmak (alkol-sigara-uyuşturucu kullanmayan ebeveyn ve sağlıklı aile ortamı)
- Madde kullanımından uzak tutacak çevresel faktörler (Sosyal ilişkiler, sanat-spor-hobiler, yüksek ekonomik seviye)



10-Nasıl anlarsınız

Madde kullanan kişilerde görülen fiziksel değişiklikler

- Uyku bozukluğu
- Dalgınlık, halsizlik, yorgunluk ve isteksizlik
- Beslenme bozukluğu ve kilo kaybı
- Gözlerde kanlanma, göz bebeklerinde daralma ya da genişleme
- Konuşma güçlüğü, peltek ya da mırıldanır gibi konuşma
- Sarhoşluk hali
- Ciltte leke, yara ve enjeksiyon izleri

Madde kullanan kişilerde görülen davranış değişiklikleri

- Çevre ve arkadaş değişikliği
- Kimi zaman neşeli, sakin; kimi zaman öfkeli, saldırgan olma
- Aile ilişkilerini azaltma, evde daha az bulunma
- Ev içinde yalnız kalmayı tercih etme
- Sık sık banyoya gitme
- Aşırı para harcama
- Kendine bakımın azalması
- Okul veya iş başarısında düşme

11-Ebeveyn olarak nasıl yaklaşılmalı

Çocuğunuzla empati kurun

- Paniğe kapılmayınız.
- Öfke ile hareket etmeyiniz.
- Sorunu görmezden gelmeyiniz.
- Durumu gözlemleyiniz.
- Çocuğunuzun sosyal çevresini inceleyip, sorunun kaynağını tespit etmeye çalışınız.
- Çocuğunuzun arkadaş ilişkilerini gözden geçiriniz.



- Çocuğunuzun uyuşturucu madde kullanmasının sebeplerinin arasında, sizin de eksik ve yanlış davranışlarınızın olduğunu göz ardı etmeyiniz.
- Çocuğunuza kesinlikle kötü davranmayınız, onu suçlamayınız.
- Uzman bir hekimin bilgisine başvurunuz
- Uzman hekimin tavsiyeleri doğrultusunda hareket ediniz.
- Çocuğunuzu sıkmadan, sevgi ve şefkatli bir yaklaşımla ona daha fazla zaman ayırınız.
- Aile bağlarını gözden geçirip, sorunları giderip, güçlendirmeye çalışınız.



12- Koruyucu Yaklaşım ve Tedavi

Birincil Koruyucu Yaklaşım

- Yaşamı boyunca hiç madde ile karşılaşmamış kişilerin bu maddeleri kullanmaya başlamasını engellemek amacı ile yapılan çalışmalardır. (Bilgilendirme toplantıları, konferanslar, seminerler vs)



İkincil Koruyucu Yaklaşım

- Madde kullanmaya başlamış ancak bağımlı hale gelmemiş kişilerin bağımlı hale gelmesini önlemek amacı ile yapılan çalışmalardır.
- (Kişinin kendi durumunu değerlendirmesini, kendisine yardımcı olunabileceğini kavramasını sağlamak, sağlık kurumlarına baş vurabileceğini öğretmek vs)

Üçüncül Koruyucu Yaklaşım

- Belirli bir süre madde kullanarak madde bağımlısı haline gelmiş kişilerin tedavisinin sağlanarak geriye dönüşü olmayan sosyal ve tıbbi kayıplardan korumak, ölümü engellemek için yapılan çalışmalardır. (Ayaktan ya da yatarak tedavi vs)



Tedavi

- Kamu-özel kurumların eğitim ve rehberlik hizmetleri
- Kamu-özel sağlık kurumlarının sağlık hizmetleri (Aile hekimi, Psikiyatri Uzmanı)
- Amatem (Alkol ve madde bağımlılığı tedavi ve eğitim merkezleri)

İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ KANUNU

Kanun Numarası: 6331 / Resmi Gazete: 30.6.2012-28339

Bağımlılık yapan maddeleri kullanma yasağı

MADDE 28 – (1) İşyerine, sarhoş veya uyuşturucu madde almış olarak gelmek ve işyerinde alkollü içki veya uyuşturucu madde kullanmak yasaktır.

(2) İşveren; işyeri eklentilerinden sayılan kısımlarda, ne gibi hallerde, hangi zamanda ve hangi şartlarla alkollü içki içilebileceğini belirleme yetkisine sahiptir.

(3) Aşağıdaki çalışanlar için alkollü içki kullanma yasağı uygulanmaz:

a) Alkollü içki yapılan işyerlerinde çalışan ve işin gereği olarak üretileni denetlemekle görevlendirilenler.

b) Kapalı kaplarda veya açık olarak alkollü içki satılan veya içilen işyerlerinde işin gereği alkollü içki içmek zorunda olanlar.

c) İşinin niteliği gereği müşterilerle birlikte alkollü içki içmek zorunda olanlar.

İŞ KANUNU Kanun Numarası: 4857 / Kabul Tarihi 22.05.2003

MADDE 25. - Süresi belirli olsun veya olmasın işveren, aşağıda yazılı hallerde iş sözleşmesini sürenin bitiminden önce veya bildirim süresini beklemezsizin feshedebilir:

I- Sağlık sebepleri:

- İşçinin kendi kastından veya derli toplu olmayan yaşayışından yahut içkiye düşkünlüğünden doğacak bir hastalığa veya sakatlığa uğraması halinde, bu sebeple doğacak devamsızlığın ardı ardına üç iş günü veya bir ayda beş iş gününden fazla sürmesi.
- İşçinin tutulduğu hastalığın tedavi edilemeyecek nitelikte olduğu ve işyerinde çalışmasında sakınca bulunduğuunun Sağlık Kurulunca saptanması durumunda.

(a) alt bendinde sayılan sebepler dışında işçinin hastalık, kaza, doğum ve gebelik gibi hallerde işveren için iş sözleşmesini bildirimsiz fesih hakkı; belirtilen hallerin işçinin işyerindeki çalışma süresine göre 17 nci maddedeki bildirim sürelerini altı hafta aşmasından sonra doğar. Doğum ve gebelik hallerinde bu süre 74 üncü maddedeki sürenin bitiminde başlar. Ancak işçinin iş sözleşmesinin askıda kalması nedeniyle işine gidemediği süreler için ücret işlemez.

II- Ahlak ve iyi niyet kurallarına uymayan haller ve benzerleri:

- İş sözleşmesi yapıldığı sırada bu sözleşmenin esaslı noktalarından biri için gerekli vasıflar veya şartlar kendisinde bulunmadığı halde bunların kendisinde bulunduğunu ileri sürerek, yahut gerçeğe uygun olmayan bilgiler veya sözler söyleyerek işçinin işvereni yanıltması.
- İşçinin, işveren yahut bunların aile üyelerinden birinin şeref ve namusuna dokunacak sözler sarfetmesi veya davranışlarda bulunması, yahut işveren hakkında şeref ve haysiyet kırıcı asılsız ihbar ve isnadlarda bulunması.
- İşçinin işverenin başka bir işçisine cinsel tacizde bulunması.
- İşçinin işverene yahut onun ailesi üyelerinden birine yahut işverenin başka işçisine sataşması veya 84 üncü maddeye aykırı hareket etmesi.
- İşçinin, işverenin güvenini kötüye kullanmak, hırsızlık yapmak, işverenin meslek sırlarını ortaya atmak gibi doğruluk ve bağlılığa uymayan davranışlarda bulunması.
- İşçinin, işyerinde, yedi günden fazla hapisle cezalandırılan ve cezası ertelenmeyen bir suç işlemesi.
- İşçinin işverenden izin almaksızın veya haklı bir sebebe dayanmaksızın ardı ardına iki işgünü veya bir ay içinde iki defa herhangi bir tatil gününden sonraki iş günü, yahut bir ayda üç işgünü işine devam etmemesi.
- İşçinin yapmakla ödevli bulunduğu görevleri kendisine hatırlatıldığı halde yapmamakta ısrar etmesi.
- İşçinin kendi isteği veya savsaması yüzünden işin güvenliğini tehlikeye düşürmesi, işyerinin malı olan veya malı olmayıp da eli altında bulunan makineleri, tesisatı veya başka eşya ve maddeleri otuz günlük ücretinin tutarıyla ödeyemeyecek derecede hasara ve kayba uğratması.

III- Zorlayıcı sebepler:

İşçiyi işyerinde bir haftadan fazla süre ile çalışmaktan alıkoyan zorlayıcı bir sebebin ortaya çıkması.

IV- İşçinin gözaltına alınması veya tutuklanması halinde devamsızlığın 17 nci maddedeki bildirim süresini aşması.

İşçi feshin yukarıdaki bentlerde öngörülen sebeplere uygun olmadığı iddiası ile 18, 20 ve 21 inci madde hükümleri çerçevesinde yargı yoluna başvurabilir.

"BAĞIMLI OLMA
ÖZGÜR OL"



Kaynakça

- 1.Türkiye Yeşilay Cemiyeti
- 2.Prof.Dr. Nesrin DİLBAZ (Madde Kullanım Riski ve Madde Bağımlılığından Korunma), 2013
- 3. Ögel K., Koç C.,Aksoy A. Sigara, Alkol ve Madde Bağımlılığı Rehberlik ve Tarama Programı (SAMBART) – Birinci Basamak Sağlık Hizmetlerinde Alkol ve Madde Kullanımına Yönelik Kısa Müdahale. Yeniden Yayınları, İstanbul, 2015
- 4.Balıkesir Sağlık Müdürlüğü Eğitim Şube Müdürlüğü, 2007