

Bağımlı Olma,

Özgür Ol!



MADDE BAĞIMLILIĞI

Hazırlayan: Ümit KORKMAZ
Psikolojik Danışman
Ve
Rehber Öğretmen

BAĞIMLILIK

Bir maddenin; **bırakma isteğine rağmen bırakılamaması**, aynı etkiyi elde edebilmek için giderek **madde miktarının artırılması ve maddeyi alma isteğinin durdurulamaması** durumudur.



Ölümle içilebilirsen!



BAĞIMLILIĞIN ÖZELLİKLERİ

- **Hastalıktır**
- **Hayat boyu sürer**
- **Sosyal hayatı bozar**
- **Çevre ve arkadaşlar kaybedilir**
- **Ailevi sorunlar yaşanır**
- **Ekonomik kayıplar olur**
- **Sağlık bozulur**
- **Hayat artık bu maddenin etrafında döner**



BAĞIMLILIK YAPICI MADDELER

- Tütün/Sigara
- Alkol
- Uçucu maddeler
- Esrar
- Eroin
- Kokain
- Sedatif ilaçlar
- Kumar



MADDE BAĞIMLILIĞININ ZARARLARI

- **Bedenssel sorunlar**
- **Ruhsal sorunlar**
- **Sosyal sorunlar**



BAĞIMLILIK NASIL GELİŞİR

- ➔ Belki kullanabilirim
- ➔ Korku ve merak
- ➔ Bir kereden bir şey olmaz
- ➔ Bir daha asla
- ➔ Ben bağımlı olmam
- ➔ İstersem bırakırım
- ➔ Bıraktım bir daha başlamam



Maddenin zararlı (kötüye) kullanımı

Kişinin kendine, hayatına, ailesine ve çevresine zarar verecek tarzda madde kullanmasıdır. Okul başarısızlığı, ailesel sorunlar, fiziksel problemlerin ortaya çıkması, yasal sorunlar vb.



BAŞLAMA NEDENLERİ



- Merak"
- Arkadaş Baskısı
- "Problemlerini Unutmak"
- "Kafa Bulmayı İstemek"

**MADDE BAĞIMLILIĞINA
GİDEN YOLDA
İKİ TEMEL ALIŞKANLIK**

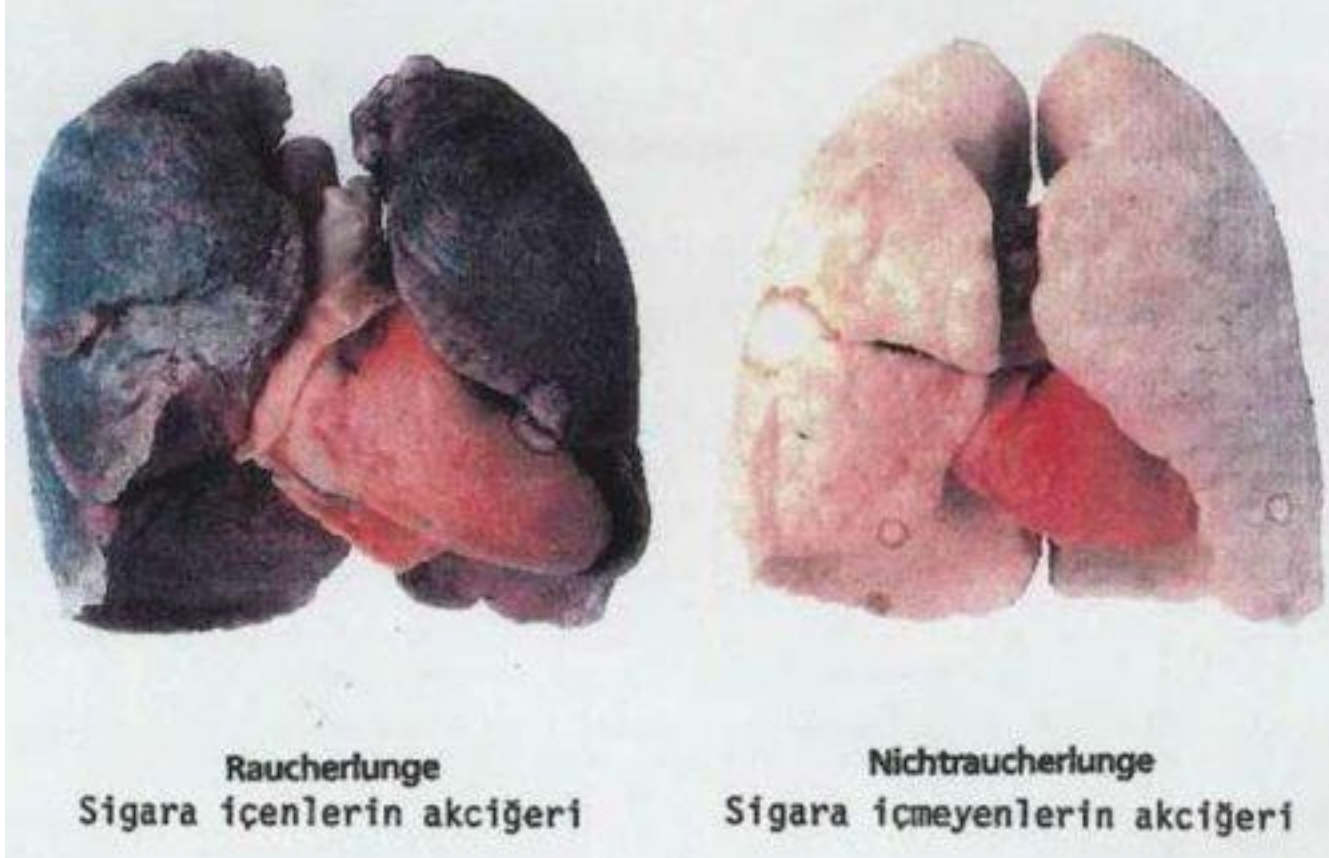
ALKOL



SİGARA



SİGARA



Bağımlılık tıbbi bir hastalıktır.
(biyo-psiko-sosyal)

Bağımlılık kronik-tekrarlayıcı bir
hastalıktır.



KANSER

O Ministério da Saúde adverte:

**FUMAR CAUSA
CÂNCER DE LARINGE.**



DERİDE YAŞLANMA



DİŞLER



"DUMANSIZ" TÜTÜN AĞIZ KANSERİ DUDAK KANSERİ



Bağımlılığı diğer hastalıklardan ayıran en önemli özellik, bağımlığın doyum (ve bazıları için keyif) vermesidir

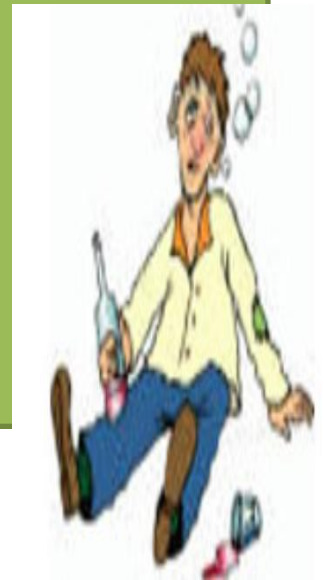


- Bir süre sonra madde kullanımı yemek yemekle aynı anlama geliyor



Madde Kullanan Kişilerde İpucu Olabilecek Belirtiler

- Giysilerde ve nefeste maddenin kokusu
- El, yüz ve giysilerde boya ve lekeler
- Kendisine gösterdiği özenin azalması
- Yeme alışkanlığının bozulması, zayıflama
- Bulantı, kusma, terleme, gözlerde kanlanma
- Kas ve eklem ağrıları, kramplar
- Ciltte renk değişiklikleri, iğne izleri
- Halsizlik, yorgunluk, dikkat eksikliği
- Huzursuzluk, sıkıntı hissi, depresyon



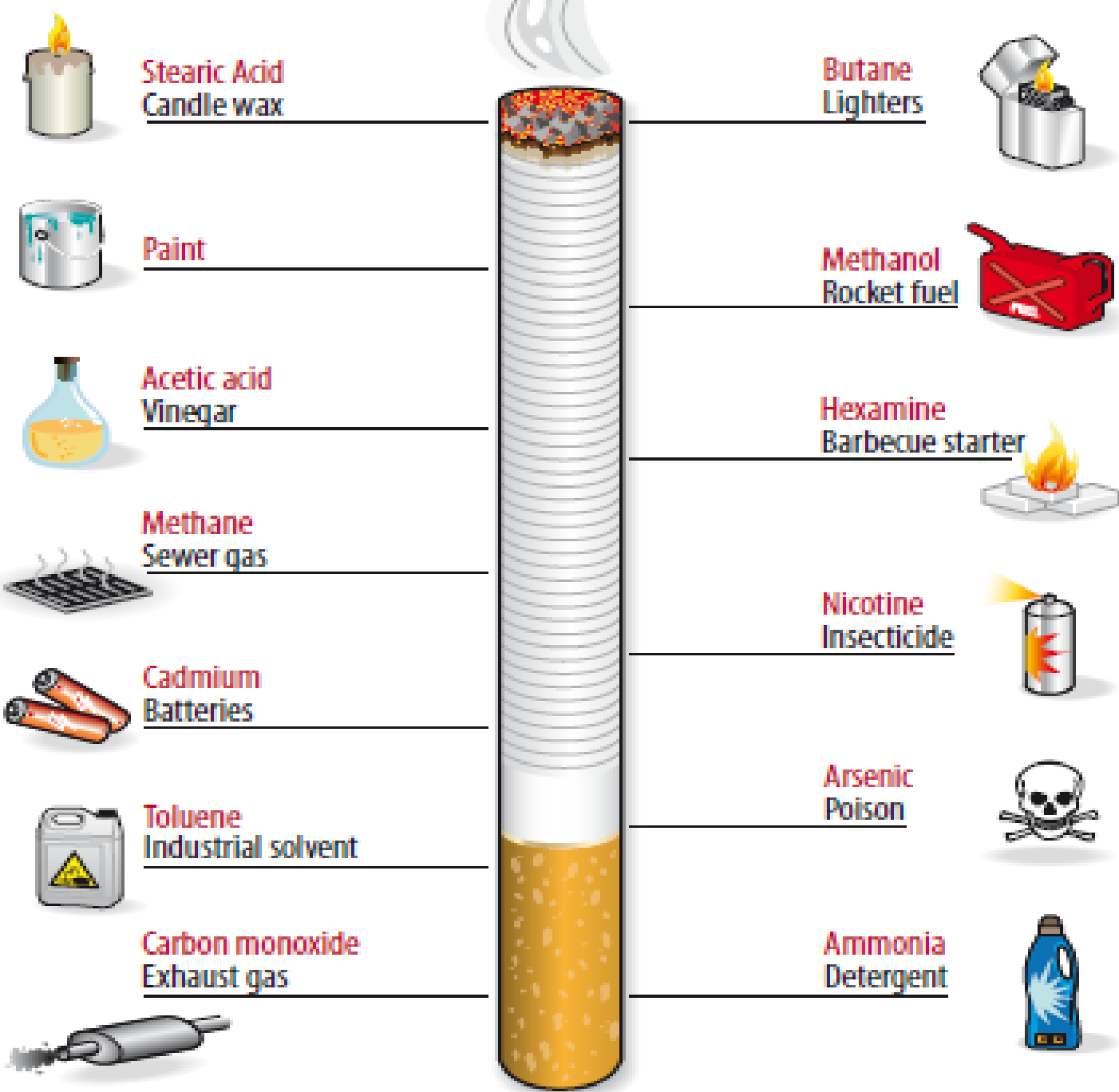
DİĞER BELİRTİLER

- Odasında yalnız kalmayı tercih etme
- Evde daha az vakit geçirme
- Arkadaş çevresinin değişmesi, yeni arkadaşlar edinme
- Daha fazla para harcama
- Yasa dışı davranışlarda bulunma
- Hafif uykulu ve yorgun gözükebilir
- Yalan söyleme
- okuldan kaçma
- Daha saldırgan ve öfkeli olabilir
- Evden kaçma, suça karışma görülebilir



MADDE KULLANIMINA BAŞLAMA YAŞI

- % 31 15 YAŞ ALTI
- % 43 16-20 yaş
- % 12 21-25
- % 6 26-30
- % 8 30 YAŞ ÜSTÜ



Sigaraya Başlama Nedenleri

Yakın çevrede tütün
ürünü kullanan
kişilerin varlığı

Tütün ürün(leri)nin
reklamının
yapılması

Modaya veya güncel
akımlara uyma
çabası

Sıkıntı/stres

Eğlenmek

Merak

Özenti

Formda kalmak

Yalnızlığı gidermek

İlgi çekmek



SİGARA DUMANINDAN PASİF ETKİLENİM

- Çocukların %40'ı
 - Sigara içmeyen erkeklerin %33'ü
 - Sigara içmeyen kadınların %35'i risk altında



**Dünyadaki 10 ölümden
1 tanesinin nedeni tütündür.**

Dünya Sağlık Örgütü, Dünya Sağlık Raporu 2002

NARGİLE...



Nargile kullanıcıları nargileyi sigaradan daha farklı bir ürün olarak **ALGILAMAMALIDIRLAR.**

Yaklaşık bir saatlik (20-80 dakika arasında) sürebilen bir nargile içimi sonucunda solunan duman miktarı 100-200 adet sigara içilmesiyle alınan duman miktarı kadardır.

ALKOLÜN ZARARLARI

- Bellek kaybına neden olur
- Uyku bozukluklarına neden olur
- Göz kaslarında ani güçsüzlük ve felce bağılı çift görme
- Mideyi tahriş ederek gastrit, ülserle neden olur
- Karaciğer fonksiyonlarının bozulmasına neden olur
- Kalp hastalıklarına neden olur
- Kansere neden olur



Uyuřturucu Maddeler Ve Etkileri



ETKİLERİ

Düşünme Yeteneği Azalır
İrade Zayıflar
Kişilik Bozukluğu Oluşur
İlgisizlik Görülür
Ruhsal Çöküntü Gerçekleşir
Kan Basıncı Düşer
Nabız Ve Solunum Sayısı Azalır



BAĞIMLILIĞIN AİLE ÜZERİNDEKİ EKONOMİK VE SOSYAL ETKİSİ



SONUÇ



MADDE KULLANIMINA BAŞLAMADA BİR TEK NEDEN YETERLİDİR

GÜVENLİ BİR MADDE VE GÜVENLİ BİR KULLANIM ŞEKLİ YOKTUR.

KULLANAN HERKES İÇİN BAĞIMLILIK GELİŞME RİSKİ EŞİTTİR.

BAĞIMLILIĞI ENGELLEMEK KİŞİNİN ELİNDEDİR.

DİNLEDİĞİNİZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİM



ÜMİT KORKMAZ
PSİKLOJİK DANIŞMAN VE
REHBER ÖĞRETMEN