

# Her Yönüyle BAĞIMLILIK

---

## Editörler:

Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN

Dr. Ayhan ÖZKAN

Dr. Öğr. Üyesi Yunus Emre BULUT



**Editörler:** Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN, Dr. Ayhan ÖZKAN, Dr. Öğr. Üyesi Yunus Emre BULUT

## HER YÖNÜYLE BAĞIMLILIK

ISBN 978-625-6135-63-5

Kitap içeriğinin tüm sorumluluğu yazarlarına aittir.

© 2024, PEGEM AKADEMI

Bu kitabın basım, yayım ve satış hakları Pegem Akademi Yay. Eğt. Dan. Hizm. Tic. AŞ'ye aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri, kapak tasarımı; mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kayıt ya da başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz ve dağıtılamaz. Bu kitap, T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır. Okuyucularımızın bandrolü olmayan kitaplar hakkında yayınevimize bilgi vermesini ve bandrolsüz yayınları satın almamasını diliyoruz.

Pegem Akademi Yayıncılık, 1998 yılından bugüne uluslararası düzeyde düzenli faaliyet yürüten **uluslararası akademik bir yayınev**dir. Yayımladığı kitaplar; Yükseköğretim Kurulunca tanınan yükseköğretim kurumlarının kataloglarında yer almaktadır. Dünyadaki en büyük çevrimiçi kamu erişim kataloğu olan **WorldCat** ve ayrıca Türkiye'de kurulan **Turcademy.com** tarafından yayınları taranmaktadır; indekslenmektedir. Aynı alanda farklı yazarlara ait 2000'in üzerinde yayını bulunmaktadır. Pegem Akademi Yayınları ile ilgili detaylı bilgilere <http://pegem.net> adresinden ulaşılabilmektedir.

I. Baskı: Aralık 2024, Ankara

Yayın-Proje: Selcan Durmuş  
Dizgi-Grafik Tasarım: Beyza Nur Erdoğan  
Kapak Tasarımı: Pegem Akademi

Baskı: Sonçağ Yayıncılık Matbaacılık Reklam San Tic. Ltd. Şti.  
İstanbul Cad. İstanbul Çarşısı 48/48 İskitler/Ankara

Yayıncı Sertifika No: 51818  
Matbaa Sertifika No: 47865

### **İletişim**

Pegem Akademi: Shira Ticaret Merkezi  
Macun Mahallesi 204 Cad. No: 141/33, Yenimahalle/Ankara  
Yayınevi: 0312 430 67 50  
Dağıtım: 0312 434 54 24  
Hazırlık Kursları: 0312 419 05 60  
İnternet: [www.pegem.net](http://www.pegem.net)  
E-ileti: [pegem@pegem.net](mailto:pegem@pegem.net)  
WhatsApp Hattı: 0538 594 92 40

## ÖN SÖZ

Bağımlılık kavramının günümüzdeki karşılığı sadece alkol ve uyuşturucu maddelerin kötüye kullanımı değil artık...

Bugün internet, dijital oyun, sosyal medya gibi teknoloji kökenli bağımlılıklar da “bağımlılık” denildiğinde akla ilk gelenlerdendir. Bunlara kumar, yeme, alışveriş, cinsellik, istifçilik gibi davranışsal bağımlılıklar da eklenmiş durumda...

Bu kitapta tütün, alkol, uyuşturucu/uyarıcı madde bağımlılıkları başta olmak üzere, kumar ve teknoloji bağımlılığını her yönüyle masaya yatırdık. Her başlığı, konunun zararları ve kendine has özelliklerinin yanında önleme, korunma, kontrol, tedavi ve rehabilitasyon perspektifiyle ele aldık.

Bağımlılığı, multi disiplinler bir yaklaşımla mücadele edilmesi gereken bir halk sağlığı ve halk güvenliği sorunu olarak gördük. Kurumlar arası koordinasyonun önemine dikkat çektik. Son bölümde ise yaşanmış bağımlı hayat örneklerini gözler önüne serdik...

Bu alanda araştırma yapan ön lisans, lisans ve yüksek lisans düzeyinde öğrenciler ile öğretim üyeleri ve toplumun her kesimine bir rehber olmasını hedeflediğimiz “Her Yönüyle Bağımlılık” kitabının yayın ekibi, alanında uzman ve sahada da aktif olarak çalışan yazarlardan oluşmaktadır.

Kitabın hazırlanmasında mümkün olduğunca yalın bir dil ve en güncel bilimsel veriler kullanıldı. Kitap, alanda çalışanların, öğrencilerin ve bağımlılık konusunda bilgilenmek isteyen herkesin teorik ve uygulamaya yönelik gereksinimlerini karşılamak amacıyla uygulanabilir bir içerikle “ders kitabı” ve “kaynak kitap” olarak hazırlanmıştır.

Okurlarımıza, toplumumuza ve insanlığa bağımsız bir yaşam diliyoruz.

Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN

Dr. Ayhan ÖZKAN

Dr. Öğr. Üyesi Yunus Emre BULUT



## BÖLÜMLER VE YAZARLARI

**Editörler:** Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN, Dr. Ayhan ÖZKAN, Dr. Öğr. Üyesi Yunus Emre BULUT

### 1. Bölüm: Bağımlılığa Genel Bakış

*Doç. Dr. Yasir ŞAFAK*, Sağlık Bilimleri Üniversitesi  
Etlik Şehir Hastanesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği  
ORCID No: 0000-0002-3196-5089

### 2. Bölüm: Tütün ve Tütün Ürünlerinin Zararları

*Uzm.Dr. Safiye Kübra ÇETİNDAG KARATLI*, Sağlık Bilimleri Üniversitesi  
Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Aile Hekimliği Kliniği  
ORCID No: 0000-0001-7439-9622

### 3. Bölüm: Tütün Bağımlılığı ve Tedavi Yöntemleri

*Doç. Dr. Yakup ARSLAN*, Sağlık Bilimleri Üniversitesi,  
Gülhane Tıp Fakültesi, Göğüs Hastalıkları A.D.  
ORCID No: 0000-0002-9079-1701

### 4. Bölüm: Tütün ve Tütün Ürünlerinin Kullanımı ile Mücadele

*Dr. Şeyma Yüstra SOĞANDA*, T.C. Sağlık Bakanlığı,  
Sağlığın Geliştirilmesi Genel Müdürlüğü, İstanbul Üniversitesi Sağlık  
Bilimleri Enstitüsü  
ORCID No: 0000-0003-2892-1373  
*Dr. Öğr. Üyesi Yunus Emre BULUT*, Sağlık Bilimleri Üniversitesi,  
Gülhane Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı A.D.  
ORCID No: 0000-0003-1501-2525  
*Prof. Dr. Toker ERGÜDER*, Sağlık Bilimleri Üniversitesi,  
Gülhane Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı A.D.  
ORCID No: 0000-0003-0471-3043

### 5. Bölüm: Alkol Bağımlılığı, Bırakma Yöntemleri ve Kullanımı ile Mücadele

*Prof.Dr. Zehra ARIKAN*, Lokman Hekim Üniversitesi,  
Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.D.  
ORCID No: 0000-0002-9442-0924

**6. Bölüm: Uyuşturucu ve Uyarıcı Maddeler ve Bu Maddelerin Zararları**

*Dr. Öğr. Üyesi Gülsüm Öztürk EMİRAL*, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Tıp Fakültesi Halk Sağlığı A.D.

ORCID No: 0000-0001-8781-4127

*Doç. Dr. Mehmet Enes GÖKLER*, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Tıp Fakültesi Halk Sağlığı A.D.

ORCID No: 0000-0002-1524-8565

**7. Bölüm: Uyuşturucu ve Uyarıcı Madde Bağımlılığında Tanı ve Tedavi**

*Doç. Dr. Şafak Yalçın ŞAHİNER*, Ankara Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.D.

ORCID No: 0000-0002-5959-075X

*Doç. Dr. İsmail Volkan ŞAHİNER*, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı, Serbest Hekim

ORCID No: 0000-0002-2216-3439

**8. Bölüm: Uyuşturucu Bağımlılığında Rehabilitasyon ve Sosyal Uyum**

*Dr. Öğr. Üyesi Yunus Emre BULUT*, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı A.D.

ORCID No: 0000-0003-1501-2525

*Dr. Şeyma Yüstra SOĞANDA*, T.C. Sağlık Bakanlığı, Sağlıkta Geliştirilmesi Genel Müdürlüğü, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

ORCID No: 0000-0003-2892-1373

**9. Bölüm: Davranışsal Bağımlılıklar/ Kumar Bağımlılığı ve Kumar Bağımlılığı ile Mücadele**

*Dr. Öğr. Üyesi. Abdurrahim BAKIRHAN*, İnönü Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.D.

ORCID No: 0000-0001-5588-4817

**10. Bölüm: Teknoloji Bağımlılığı ile Mücadele**

*Prof. Dr. Cengiz ŞAHİN*, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

ORCID No: 0000-0003-4875-4883

**11. Bölüm: Bağımlılıklarla Mücadelede Kurumlararası**

**Koordinasyonun Önemi**

*Dr. Ayhan ÖZKAN*, T.C. İçişleri Bakanlığı, Mülki İdari Amiri

ORCID No: 0000-0002-8128-0432

**12. Bölüm: Türkiye Cumhuriyeti'nde Bağımlılık ile İlgili Uygulanmakta Olan Strateji Belgeleri ve Eylem Planlarının Değerlendirilmesi**

*Dr. Abide AKSUNGUR, Altındağ İlçe Sağlık Müdürlüğü*

ORCID No: 0000-0002-8140-0289

**13. Bölüm: Vaka Örnekleri**

*Uzm. Dr. Mustafa DANIŞMAN, Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Alkol ve Madde Bağımlılığı Araştırma, Tedavi ve Eğitim Merkezi (AMATEM)*

ORCID No: 0000-0002-7403-8840





## İÇİNDEKİLER

Ön Söz.....	iii
Bölümler ve Yazarları.....	v

### 1. BÖLÜM

#### BAĞIMLILIĞA GENEL BAKIŞ

Giriş.....	1
Bağımlılığın Tanımı ve Tanılanması.....	2
Bağımlılığın Tarihçesi.....	4
Bağımlılığın Biyolojik Temelleri.....	5
Genetik Faktörler.....	5
Nörotransmitter Sistemleri.....	6
Dopamin ve Ödül Sistemi.....	6
GABA ve Glutamat Sistemleri.....	6
Beyin Yapıları ve İşlevleri.....	6
Prefrontal Korteks.....	6
Amigdala ve Hipokampus.....	7
Nöroplastisite ve Bağımlılık.....	7
Bağımlılığın Psikolojik Temelleri.....	7
Kişilik Özellikleri ve Bağımlılık.....	7
Stres ve Bağımlılık.....	8
Öğrenme Teorileri ve Bağımlılık.....	8
Klasik Koşullanma.....	8
Edimsel Koşullanma.....	9
Bağımlılık Çeşitleri.....	9
Maddesel Bağımlılıklar.....	9
Alkol Bağımlılığı.....	9
Nikotin Bağımlılığı.....	9
Opioidler.....	10
Kokain.....	10
Amfetaminler.....	10
Sedatifler ve Hipnotikler.....	10
Kannabinoidler.....	10
Davranışsal Bağımlılıklar.....	11
Kumar Bağımlılığı.....	11
İnternet ve Oyun Bağımlılığı.....	11

Kompulsif Alışveriş/Alışveriş Bağımlılığı.....	11
Egzersiz Bağımlılığı .....	12
Yeme Bağımlılığı .....	12
Cinsellik Bağımlılığı .....	12
Sonuç.....	12
Kaynaklar.....	13

## 2. BÖLÜM

### TÜTÜN VE TÜTÜN ÜRÜNLERİNİN ZARARLARI

Giriş.....	17
Sigara Kullanımının Sağlık Üzerine Etkileri .....	18
Sigara ve Solunum Yolu Hastalıkları.....	18
Sigara ve Kardiyovasküler Hastalıklar .....	19
Sigara ve Kanser .....	19
Sigara ve Nörolojik Hastalıklar.....	20
Sigara ve Ruh Sağlığı.....	20
Sigara Kemik Sağlığı .....	21
Sigara ve Ürogenital Sistem.....	21
Sigara ve Gastrointestinal Sistem .....	21
Sigara ve Gebelik .....	22
Sigara ve Pasif Etkilenim .....	22
Üçüncü El Sigara Dumanı.....	22
Diğer Sonuçlar ( Cilt etkileri, gözler, ağız ve dişler) .....	22
Ekonomik Zararlar .....	23
Çevresel Zararlar .....	23
Hava Kirliliği.....	23
Ormanların Azalması .....	24
Çöp Atıkların Artması.....	24
Yangınlar .....	24
Kaynaklar.....	24

### 3. BÖLÜM

#### TÜTÜN BAĞIMLILIĞI VE TEDAVİ YÖNTEMLERİ

Giriş.....	31
Tütün Bağımlılığı.....	31
Tütün Ürünü Kullanım Durumunun Değerlendirilmesi.....	32
Tütün Bağımlılığı Gelişimi.....	33
Tütün Bağımlılığı Tanımı.....	33
Tütün Bağımlılığı Düzeyinin Değerlendirilmesi.....	34
Tütün Bağımlılığı Tedavi Yöntemleri.....	35
Tütün Bağımlılığı Tedavisine Genel Bakış.....	36
Tütün Bağımlılığı Tedavileri.....	36
Kısa Hekim Müdahalesi.....	36
Yoğunlaştırılmış Klinik Müdahale.....	37
Terapötik Eğitim.....	38
Bilişsel Davranışsal Terapi (BDT).....	38
Farmakoterapi.....	39
Tütün Bağımlılığı Tedavi Yönetimi.....	44
DSÖ Temmuz 2024 “Yetişkinlerde Tütünün Bırakılmasına Yönelik Klinik Tedavi Kılavuzu (Özeti)” (26).....	45
Sonuç.....	47
Kaynaklar.....	48

### 4. BÖLÜM

#### TÜTÜN VE TÜTÜN ÜRÜNLERİNİN KULLANIMI İLE MÜCADELE

Giriş.....	51
Tütün Kontrol Programları ve Stratejileri.....	53
DSÖ Tütün Kontrolü Çerçeve Sözleşmesi (TKÇS).....	53
MPOWER.....	54
Tütün Kontrolü Çerçeve Sözleşmesi ve MPOWER Kriterlerinin Ülkemizde Uygulanma Süreci: Ulusal Tütün Kontrol Programları, Tütün Kontrolü Strateji Belgesi ve Eylem Planı.....	56
2008-2012 Ulusal Tütün Kontrol Programı (UTKP).....	56
2015-2018 Ulusal Tütün Kontrol Programı (UTKP).....	59
2018-2023 Tütün Kontrolü Strateji Belgesi ve Eylem Planı.....	62
Halkı Bilgilendirme Kampanyaları ve Sigara Paketleri Üzerindeki Sağlık Uyarıları.....	63
Dünyadan Tütün Kontrol Programları ve Stratejileri Örnekleri.....	65

Avustralya .....	65
Norveç .....	66
Uruguay .....	66
Singapur .....	66
Tütün Kontrolünün Ekonomik Boyutu .....	67
Tütün Kullanımının Bireysel ve Toplumsal Maliyetleri .....	68
Türkiye'deki Durum .....	68
Vergilendirme ve Tütün Kontrolü .....	69
Tütün Kontrolünde Sivil Toplumun Rolü .....	69
Yeşilay: Türkiye'nin Bağımlılıklarla Mücadelede Öncü Kuruluşu .....	69
Çocukları Tütün Salgını ve Zararlarından Koruma İnisyatifi .....	70
Sonuç .....	71
Kaynaklar .....	71

## 5. BÖLÜM

### ALKOL, ALKOL BAĞIMLILIĞI, BIRAKMA YÖNTEMLERİ VE ALKOL KULLANIMI İLE MÜCADELE

Giriş .....	75
Alkol ve Alkolün Zararları .....	76
Alkolün Tarihçesi .....	76
Alkolün Fizyolojik Etkileri .....	77
Alkolün Zararları .....	78
Alkol Bağımlılığı .....	78
Bağımlılık Sürecinin Özellikleri .....	79
Alkol Kullanım Bozukluklarının Nedenleri .....	80
Alkol Kullanım Bozuklukları Epidemiyolojisi .....	81
Alkol Kullanımı Sonucu Gelişen Fiziksel ve Ruhsal Sorunlar .....	82
Fiziksel Sorunlar .....	82
Sindirim Sistemi .....	82
Sinir Sistemi .....	82
Amnestik Bozukluk (Korsakoff Psikozu) .....	84
Kalp Damar Sistemi .....	84
Kas İskelet Sistemi .....	85
Kan Hastalıkları .....	85
Endokrin Hastalıklar .....	85
Onkolojik Hastalıklar .....	85
Deri .....	85

İmmün Sistem ve Enfeksiyon .....	86
Ağız Diş Sağlığı .....	86
Solunum Sistemi Hastalıkları .....	86
Dalak.....	86
Fetal Alkol Sendromu (FAS).....	86
Kronik Alkol Kullanımı Sonucu Oluşan Psikotik Bozukluklar .....	87
Alkolün Fizyolojik Etkileri.....	88
Alkolik Halüsinosis.....	88
Alkol Paranoyası .....	89
Diğer Ruhsal Sorunlar.....	89
Alkol Kullanım Bozukluğu ve Psikiyatrik Eş Tanı.....	90
Alkol Bağımlısının Fiziksel Özellikleri.....	90
Alkol Bağımlılığı Tedavisi .....	91
Bir Süredir Alınan Alkolü Kesme Tedavisi .....	91
Rehabilitasyon Dönemi .....	92
Relapsı Önleme.....	92
Alkol Kullanım Bozukluğu ile Mücadele .....	93
Alkol Bağımlılığını Önlemenin Bazı Yolları.....	93
Arzın Önlenmesi .....	94
Alkollü Araç Kullanımını Önleme.....	94
Talep ile Mücadele.....	95
İletişim Faaliyetleri.....	95
Sonuç.....	96
Kaynaklar.....	96

## 6. BÖLÜM

### UYUŞTURUCU VE UYARICI MADDELER VE BU MADDELERİN ZARARLARI

Giriş.....	99
Uyuşturucu Madde Bağımlılığı .....	99
Esrar (Cannabis).....	103
Halüsinojenler.....	105
Opiyatlar .....	109
Kaynaklar.....	111

## 7. BÖLÜM

### UYUŞTURUCU VE UYARICI MADDE BAĞIMLILIĞINDA TANI VE TEDAVİ

Giriş .....	115
Uyuşturucu ve Uyarıcı Madde Kullanımı ile İlgili Başlıca Kavramlar ve Klinik Tablolar .....	116
Epidemiyoloji ve Etyoloji.....	119
Değerlendirme ve Tanı .....	120
Tedavi .....	125
Psikososyal Tedaviler .....	126
İlaç Tedavileri.....	128
Nöromodülasyon.....	128
Sonuç .....	129
Kaynaklar.....	129

## 8. BÖLÜM

### UYUŞTURUCU BAĞIMLILIĞINDA REHABİLİTASYON VE SOSYAL UYUM

Giriş .....	131
Rehabilitasyon ve Sosyal Uyum Tanımları ve Konunun Önemi .....	131
Rehabilitasyon Çeşitleri .....	132
Tıbbi Rehabilitasyon .....	132
Sosyal Rehabilitasyon .....	133
Mesleki Rehabilitasyon.....	133
Psikiyatrik Rehabilitasyon.....	133
Rehabilitasyonun Psikososyal Boyutları .....	133
Rehabilitasyon ve Sosyal Uyum Süreçlerinin Etkilediği Alanlar .....	133
Rehabilitasyon ve Sosyal Uyumun Toplumsal Etkileri .....	134
Psikososyal İyileşme ve Toplumsal Entegrasyon .....	135
Aile ve Toplum İçindeki Etkiler .....	135
Sağlık Hizmetleri Üzerindeki Yükün Hafiflemesi.....	135
Ekonomik Verimliliğin Artması .....	135
Eğitim ve Bilinçlendirme .....	136
Rehabilitasyon ve Sosyal Uyumun Sürdürülebilirliği .....	136
Bağımlılık ve Toplumsal Damgalanma .....	136
Uyuşturucu Bağımlılığında Rehabilitasyon ve Sosyal Uyum Konusunda Dünyadan Örnekler .....	137

Avrupa Birliği .....	137
Çin .....	139
Filipinler .....	139
Hindistan.....	140
Brezilya .....	141
Rusya.....	141
Nijerya .....	141
Ülkemizdeki Uyuşturucu Bağımlılığında Rehabilitasyon ve Sosyal Uyumla İlgili Politikalar ve Mevzuat .....	142
Uyuşturucu Bağımlılığında Rehabilitasyon ve Sosyal Uyum Konusunda Ülkemizdeki Güncel Durum .....	143
Bağ Evi Modeli .....	144
BAHAR (Bağımlı Hastalar İçin Rehabilitasyon Modeli) .....	145
Sancaktepe BADEM (Bağımlılık Danışma ve Eğitim Merkezi).....	146
Ümraniye DAN-TE (Bağımlılık Danışma ve Tedavi Merkezi).....	146
Oya Bahadır Yüksel Madde Bağımlısı Sokak Çocukları Rehabilitasyon Merkezi .....	146
Huzur Köy, Kırıkkale.....	147
İnsanlık Köyü, Bursa.....	148
Sivil Toplumun Rolü .....	148
Yeşilay Danışmanlık Merkezi (YEDAM) Modeli .....	149
Tedavi Modelleri ve Yöntemleri.....	149
Sosyal Destek ve YEDAM Atölye .....	150
Türkiye Rehabilitasyon Modeli.....	150
Meslek Edindirme.....	151
Aile ve Toplumla İlişkiler .....	151
Zorluklar ve Yapılması Gerekenler .....	152
Sonuç.....	152
Kaynaklar.....	152

## 9. BÖLÜM

### DAVRANIŞSAL BAĞIMLILIKLAR/ KUMAR BAĞIMLILIĞI VE KUMAR BAĞIMLILIĞI İLE MÜCADELE

Giriş.....	157
Kumar ve Kumar Bağımlılığı .....	158
Tanım .....	158
Tarihçe .....	159
Epidemiyoloji.....	159

Etyoloji.....	160
Psikososyal Etkenler .....	160
Biyolojik Etkenler.....	160
Kumar Oynama Bozukluğu'nun Tanı ve Klinik Özellikleri .....	161
Gidiş ve Prognoz.....	163
Tedavi.....	163
Önleme veya Mücadele Çalışmaları .....	166
Sonuç.....	167
Kaynaklar.....	167

## 10. BÖLÜM

### TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI İLE MÜCADELE

Giriş.....	169
Teknoloji Kavramı .....	170
Teknoloji ve İnternet .....	171
Teknoloji Bağımlılığı.....	172
Teknoloji Bağımlılığının Nedenleri .....	175
Teknoloji Bağımlılığının Sonuçları .....	176
Teknoloji Bağımlılığının Türleri.....	177
Dijital Oyun Bağımlılığı.....	177
Sosyal Medya Bağımlılığı.....	180
Mesajlaşma Bağımlılığı.....	187
Çevrimiçi Alışveriş Bağımlılığı .....	190
Çevrimiçi Pornografi Bağımlılığı .....	193
Çevrimiçi Kumar Bağımlılığı .....	195
Yeni ve Gelişen Bağımlılık Yapan Teknolojiler.....	197
Yapay Zekâ .....	197
Sanal Gerçeklik.....	198
Teknoloji Bağımlılığını Açıklayan Modeller .....	198
Griffiths'in Teknoloji Bağımlılığı Modeli.....	199
Young'un ACE Modeli .....	199
Tao ve Diğerlerinin Geliştirdiği İnternet Bağımlılığı Tanı Ölçütleri.....	200
Goodman'ın Davranış Bağımlılığı Modeli.....	200
Suler'in İhtiyaçlar Hiyerarşisi Modeli.....	201
Grohol'un Patolojik İnternet Kullanımı Modeli .....	201
Wallace'nin Edimsel Koşullanma Modeli .....	201
Davis'in Patolojik İnternet Kullanımı Modeli .....	202



Caplan'ın Problemlili İnternet Kullanımı ve Sosyal Beceri Eksikliği Teorisi .....	202
Beard'ın Biyopsikosozyal (Bütüncül) İnternet Bağımlılığı Modeli .....	202
Liu ve Kuo'nun Kişilerarası İlişkiler Modeli .....	202
Douglas ve Diğerlerinin Kavramsal İnternet Bağımlılığı Modeli .....	203
Teknoloji Bağımlılığının Nörobiyolojisi .....	203
Teknoloji Bağımlılığının Tedavisi .....	204
Koruyucu Önleyici Hizmetler .....	204
Tedavi Edici Hizmetler .....	204
Teknoloji Bağımlılığı ile Mücadele.....	205
Kaynaklar.....	207

## 11. BÖLÜM

### BAĞIMLILIKLARLA MÜCADELEDE KURUMLARARASI KOORDİNASYONUN ÖNEMİ

Giriş.....	213
Değişim Sürecinde Yönetişim Birimleri.....	214
Kavramsal Boyutta Koordinasyon .....	216
Kamu Yönetiminde Koordinasyon.....	218
Bağımlılık ve Bağımlılıklar Sorunu.....	221
Türkiye'de Kamu Yönetiminde Bağımlılıklarla Mücadele Çalışmaları.....	223
Bağımlılıklar ile Mücadele Kapsamında Yürütülen Çalışmalar.....	225
Bağımlılıkla Mücadele Yüksek Kurulu (BMYK).....	227
Bağımlılıkla Mücadele Kurulu (BMK) .....	229
Bağımlılıkla Mücadele Teknik Kurulu (BMTK) .....	229
Bağımlılıkla Mücadele İl/İlçe Koordinasyon Kurulları (BMİKK).....	230
Bağımlılıklarla Mücadelede Görev Yüklenmiş Kamu Kurumları.....	230
Türk Kamu Yönetiminde Bağımlılıklarla Mücadelenin Önündeki Kurumlararası Koordinasyon Handikapları .....	231
Sonuç.....	237
Kaynaklar.....	238

## 12. BÖLÜM

### TÜRKİYE CUMHURİYETİ'NDE BAĞIMLILIK İLE İLGİLİ UYGULANMAKTA OLAN STRATEJİ BELGELERİ VE EYLEM PLANLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Giriş.....	241
Bağımlılıkla Mücadele Strateji Belgesi ve Eylem Planları .....	243
Tütün Kontrolü Strateji Belgesi ve Eylem Planı 2024-2028 .....	244
Tütün Ürünlerine Talebin Azaltılması .....	247
Tütün Ürünlerine Ulaşılabilirliğin Azaltılması.....	251
Kurumsal Kapasitenin Artırılması .....	252
Tütün Kontrolünde Koordinasyon, İzleme ve Değerlendirme .....	253
Uyuşturucu ile Mücadele Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı 2024-2028.....	254
Uyuşturucu Arzının Önlenmesi .....	256
Uyuşturucuya Olan Talebin Önlenmesi .....	257
Uyuşturucu ile Mücadelede İletişim .....	259
Uyuşturucu ile Mücadele Sürecinin Koordinasyonu, İzlenmesi ve Değerlendirilmesi .....	260
Kurumsal Kapasitenin Güçlendirilmesi .....	261
Davranışsal Bağımlılıklar ile Mücadele Ulusal Strateji Belgesi ve Eylem Planı 2024-2028.....	261
Bilişim Teknolojileri, İnternet ve Sosyal Medyanın Bilinçli, Güvenli ve Etkin Kullanımının Sağlanması ve Aşırı ve Zararlı Kullanımının Önlenmesi .....	262
Kumar Bağımlılığını Önleme Çalışmalarının Yürütülmesi .....	263
Danışma, Tedavi ve Rehabilitasyon Hizmetlerinin Geliştirilmesi ve Yaygınlaştırılması.....	265
Sonuç.....	265
Kaynaklar.....	266

## 13. BÖLÜM

### VAKA ÖRNEKLERİ

Giriş .....	269
Rumuz: Kardeşim .....	269
Rumuz: Katlanmalıyım.....	275
Rumuz: Son Şansım .....	276
Rumuz: Kendi Kendine Tedavi.....	276
Rumuz: Kızım İçin .....	277

---

Rumuz: Öfke .....	278
Rumuz: Anka Kuşu .....	280
Rumuz: Kaçamak.....	280
Rumuz: Deprem.....	281
Rumuz: Babam İçin .....	281
Rumuz: Astral Seyahat.....	282
Rumuz: Eski Ben.....	284
Rumuz: Kasa Kazanır.....	285



# 1. BÖLÜM

## BAĞIMLILIĞA GENEL BAKIŞ

*Doç. Dr. Yasir ŞAFAK, Sağlık Bilimleri Üniversitesi  
Etlik Şehir Hastanesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği  
ORCID No: 0000-0002-3196-5089*

### 1. Giriş

Bağımlılık, genellikle bir maddeye ya da davranışa karşı kontrol edilemeyen bir istek, bu isteğin tekrarı ve buna bağlı olarak ortaya çıkan zararlı sonuçlara rağmen madde kullanımının veya davranışın devam etmesi ile karakterize edilir.<sup>(1)</sup> Bu bağlamda, bağımlılık sadece bireyin kendisini değil, aynı zamanda ailesini, toplumu ve daha geniş anlamda sosyal yapıyı da etkileyen bir halk sağlığı ve güvenliği sorunu olarak değerlendirilmelidir.

Bağımlılığın tanımı, tarih boyunca değişiklik göstermiştir. Modern tanımlar, bağımlılığı beyindeki nörolojik değişikliklerle ilişkilendirir ve bu değişikliklerin bireyin davranışlarını nasıl etkilediğini açıklamaya çalışır.<sup>(2)</sup>

Bağımlılığın tarihçesi, insanlık tarihi kadar eskidir. Orta Çağ'da bağımlılık, daha çok dinsel ve ahlaki bir sorun olarak ele alınmış, alkolizm ve madde kullanımı ahlaki bir zayıflık olarak değerlendirilmiştir.<sup>(3)</sup> Modern çağda ise bağımlılık, tıbbi bir sorun olarak kabul edilmiş ve bu kapsamda tedavi yöntemleri geliştirilmiştir. Özellikle 20. yüzyılın ikinci yarısında, bağımlılığın biyolojik temellerine yönelik araştırmalar artmıştır. Bu dönemde yapılan nörobiyolojik çalışmalar, bağımlılığın beyindeki ödül sistemi ile yakından ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.<sup>(4)</sup>

Bağımlılık elbette yalnızca biyolojik nedenlerle açıklanamaz; psikolojik faktörler de bu süreçte önemli bir rol oynar. Bağımlılığın psikolojik temelleri, bireyin yaşadığı stres, travma, anksiyete gibi durumlarla başa çıkma mekanizmalarının yetersiz kalması ile ilişkilendirilmektedir.<sup>(5)</sup>

Bağımlılık türleri, madde bağımlılığı ve davranışsal bağımlılıklar olarak iki ana kategoriye ayrılabilir. Madde bağımlılığı, alkol, uyuşturucu, nikotin gibi maddelere yönelik bağımlılığı içerirken, davranışsal bağımlılıklar kumar, internet