

ARAŞTIRMA | RESEARCH

Sağlıklı Yaşam Seminerine Katılan Öğrencilerin Madde Bağımlılığı İle İlgili Farkındalıkları

Awareness of Drug Addiction Among Students Attending Healthy Life Seminar

Şengül Bağcı Taylan ¹, İbrahim Nas ¹, Çiçek Ediz ¹

1. Hakkari Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Tıbbi Hizmetler ve Teknikler Bölümü, Hakkari

ABSTRACT

Objective: Addiction showed a 17-fold increase since 2009 in Turkey by reports from the United Nations. In this study, we aimed to determine the status of smoking, alcohol and other substances and to evaluate the awareness training in the seminar in addiction at Hakkari University.

Method: Survey have been given to each participants. 97,4% of participants completed both the presurvey and postsurvey.

Results: According to the demographic data of our survey study; smoke, alcohol and drug use rates were found to be higher and starting age was found to be lower in the males than females. Alcohol and substance use rates were found to be high in individuals with cigarette addiction. In addition, the rate of smoking was significantly higher in patients with chronic disease. The rate of those who knew the addiction treatment centers was 27.0%, this rate was observed a statistically significant increase after the seminar.

Conclusion: It is clear that training in smoking, alcohol and drug addiction will increase the awareness of the individual and will lead to overcome addiction. Also; counseling, support and treatment centers should be promoted, and access to these centers should be facilitated. Thus; important steps will have been taken to prevent smoking, alcohol and drug addiction in order to protect public health.

Keywords: Drug addiction, smoking, alcohol, overcome addiction

ÖZ

Amaç: Türkiye'de madde bağımlılığı, Birleşmiş Milletlerin raporlarına göre 2009 yılından beri 17 katlık artış göstermiştir. Bu çalışma ile madde bağımlılığı ile ilgili seminere katılan öğrencilerde sigara, alkol ve madde bağımlılığı durumunun tespiti ve farkındalıklarının değerlendirilmesini amaçladık.

Yöntem: Çalışmamızda, Hakkâri Üniversitesinde düzenlenen madde bağımlılığı hakkında bilgilendirmenin yapıldığı seminere katılan öğrencilere eğitim öncesi ve sonrası anket uyguladık. Ankete, seminere katılan öğrencilerin % 97,4'ü katılım sağladı.

Bulgular: Anketimizin demografik verilerine göre; erkeklerde kadınlara göre sigara, alkol ve madde kullanımına eğilimlerin daha yüksek olduğu ve bu maddelere başlama yaşının daha erken olduğu tespit edildi. Sigara bağımlılığı olan bireylerde alkol ve madde kullanım oranlarının yüksek olduğu görüldü. Ayrıca kronik hastalığı olanlarda sigara kullanım oranı %85.7 ile istatistiksel olarak anlamlı şekilde yüksek bulundu. Bağımlılık ile mücadelede başvurulabilecek merkezleri bilenlerin oranı %27,0 iken seminer sonrası bu oranın istatistiksel olarak anlamlı şekilde arttığı gözlemlendi.

Sonuç: Sigara, alkol ve madde bağımlılığı ile mücadele alanında yapılacak eğitimlerin bireyin farkındalığını artıracak ve bağımlılık ile mücadelesinde nasıl bir yol izleyeceği konusunda kılavuz olacağı açıktır. Ayrıca; bağımlılık ile ilgili danışmanlık, destek ve tedavi merkezlerinin tanıtımı yapılmalı ve bireylerin bağımlılık ile mücadelede bu merkezlere erişimin kolaylaştırılması sağlanmalıdır. Böylece; toplumun sigara, alkol ve madde bağımlılığı ile mücadelesinde önemli bir yol kat edilecektir..

Anahtar kelimeler: Madde bağımlılığı, sigara, alkol, bağımlılık ile mücadele

GİRİŞ

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) madde bağımlılığını; “maddeyi elde etmeye ve kullanmaya yönelik yoğun arzu ve ihtiyaç duyulması, giderek dozu artırma eğiliminin görülmesi ile maddenin fiziksel ve psikolojik etkilerine karşı yoğun hassasiyet, bu etkileri arayış hali ve maddenin kişinin hayatındaki en önemli şey haline gelmesi” olarak dört ana özellik ile tanımlamıştır (1). Bağımlılık yapıcı olarak tanınan sigara, alkol ve madde alındıklarında beyin ödül sistemini aktive ederek bağımlılık oluşmasına neden olmaktadır (2).

Sigara kullanımı dünyada görülen ölümlerin ikinci büyük nedenini oluştururken, aynı zamanda, önlenebilir morbidite ve mortalite nedenleri arasında ilk sırada yer almaktadır (3-5). Alkol ve madde kullanımı da son yıllarda giderek artmakta ve ülkemizde en önemli sağlık sorunlarından birini oluşturmaktadır (6). Üniversite döneminde madde kullanımı hem halk sağlığı hem de öğrenim yaşamı açısından önemli bir sorundur. Bu dönemde birey, aileden ayrılma, yeni bir çevre edinme ve iş kaygısı gibi birçok sorun yaşayabilmektedir. Bu sorunlara bağlı olarak sigara, alkol ve madde kullanımının arttığı ileri sürülmektedir (7).

Sigara alkol ve madde bağımlılığı DSÖ 2018 raporuna göre halen yaygın bir olgudur (8). Ayrıca, Birleşmiş Milletlerden gelen raporlar doğrultusunda madde bağımlılığı 2009 yılından itibaren 17 kat artmıştır (9). Bu çalışma ile Hakkari Üniversitesi'nde madde bağımlılığı ile ilgili düzenlenen seminerde sigara, alkol ve madde kullanım durumunun belirlenmesi ve farkındalık eğitiminin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Ülkemizde birçok üniversitede yapılan benzer çalışmaların yanısıra; çalışmamız Hakkari Üniversitesinde bağımlılık durumunu tespiti ve bu konudaki farkındalığa yönelik yapılan ilk çalışma olması nedeni ile literatüre katkı sağlayacaktır.

YÖNTEM

Örneklem

Hakkâri Üniversitesi (HÜ) öğrencilerine yönelik sigara, alkol ve madde bağımlılığı ile mücadelenin önemine dikkat çekilmesi amacı ile 20 Aralık 2017 tarihinde HÜ Konferans Salonunda Sağlıklı Yaşam Semineri düzenlendi. Yaklaşık 2 saat süren seminer, Amatemde hekimlik yapmakta olan uzman psikiyatrist ve bağımlılık alanında çalışmaları bulunan psikolog tarafından verildi. Seminerde sağlıklı yaşamın önemi, bağımlılığın tanımı, bağımlılık yapıcı maddeler ve etkileri, bağımlılıktan korunmanın yolları ve tedavi sürecine ilişkin konular sunuldu. Afiş, poster, üniversite web sayfası ve sosyal medya aracılığı ile HÜ öğrencilerine duyurulan seminerimize katılan tüm öğrenciler araştırmanın evrenini oluştururken, araştırmamızın örneklemini seminere katılan öğrencilerden gönüllük esasına dayanarak ankete katılmayı kabul eden ve formları eksiksiz dolduran kişiler oluşturdu.

İşlem

Anketler, ön bilgilendirme yapılarak araştırmacıların gözetiminde uygulandı. Kullanılan anket formu yazarlar tarafından literatürde yer alan sigara, alkol ve madde bağımlılığı durumunun tespitine ve konu hakkındaki bilgi düzeyini değerlendirmeye yönelik soru örnekleri kullanılarak tasarlandı (10-12).

Anket, öğrencilere seminere başlamadan önce ve sonra olmak üzere ön test ve son test olarak uygulandı. Ön testte öğrencilerin sosyodemografik özelliklerini yansıtan 8 soru, sigara, alkol ve madde kullanma durumlarını yansıtan 8 soru ve konuyla ilgili farkındalıklarını ölçmek amacı ile bağımlılığın nedenleri, zararları, önlemeye yönelik düşünceleri ve tedavi ile ilgili bilgi düzeylerini değerlendiren 5 soru yer almaktaydı. Son testte ise ön testte yer alan 5 farkındalık sorusu aynı şekilde yer aldı.

Veri Analizi

Veriler SPSS 24 istatistik programı ile analiz edildi. Yaş ortalamaları ve önem derecesi sıralamalarını içeren ölçümsel değişkenler ortalama $\pm$ standart sapma (SS), kategorik değişkenler ise frekans (f) ve yüzde olarak ifade edildi. İstatistiksel analizlerde Chi-Square ve eşleştirilmiş Student T test uygulandı. $p<0,05$ ise istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

BULGULAR

Seminerimize katılan 76 öğrenciden, 74'ü anket formlarını eksiksiz doldurarak çalışmamıza dahil oldu ve evrenin % 97,4'üne ulaşıldı. Anketimize katılan öğrencilerin % 79,7'sinin (n=59) kadın, % 20,3'ünün (n=15) erkek olduğu ve yaş ortalamasının $21,13\pm1,99$ olduğu görüldü. Seminere katılan tüm öğrencilerin hayatlarında en az bir kez olmak üzere % 46,0'sının sigara (n=34) kullandığı ve bunlardan % 20 (n=15)'sinin sadece bir kez denediği, % 17 (n=13)'sinin günde 1 paketten az, % 8 (n=6)'inin ise günde 1 paketten fazla kullandığı belirlendi. Ayrıca % 10,8'inin (n=8) alkol ve % 5,4'ünün (n=4) ise madde kullandığı görüldü. %50'sinin (n=37) ise sigara, alkol ve maddeyi hayatları boyunca kullanmadıkları tespit edildi.

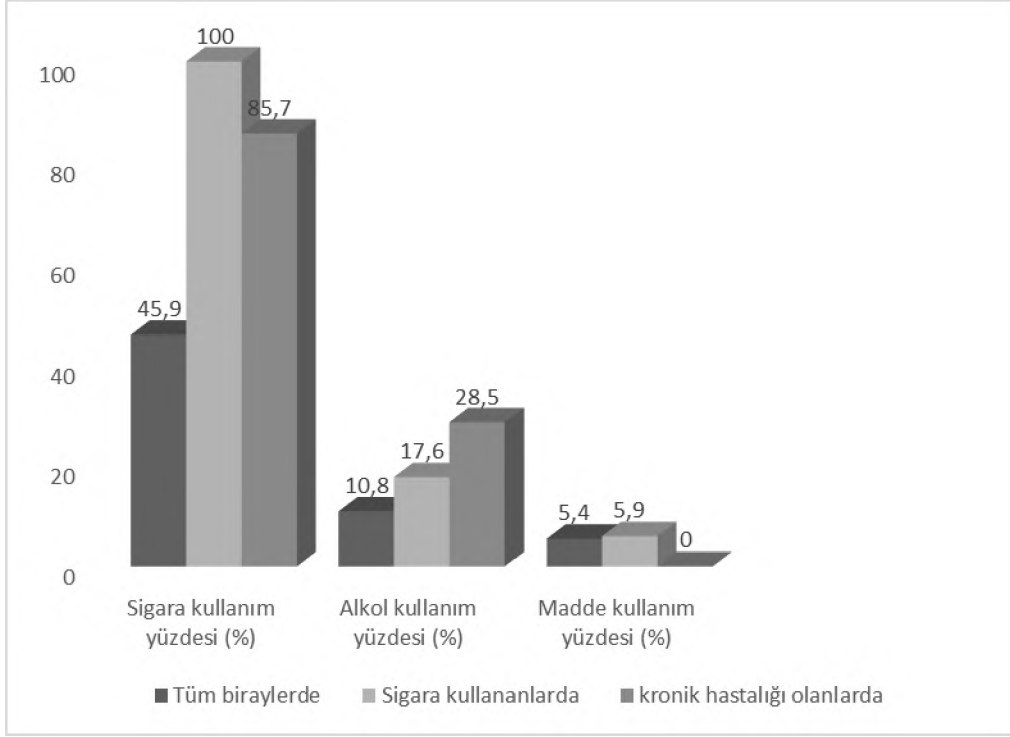
Tablo 1. Ankete katılan kadın ve erkek öğrencilerde sigara, alkol ve madde kullanımı durumu

	Kadın		Erkek	
	n	%	n	%
Hayatları boyunca en az 1 kez sigara deneyen	25	42,4	9	60
Hayatları boyunca en az 1 kez alkol deneyen	5	8,4	3	20
Hayatları boyunca en az 1 kez madde deneyen	2	3,4	2	13,1
Düzenli olarak sigara kullanan	12	20,3	6	40
Düzenli olarak alkol kullanan	1	1,7	1	6,7

Sigara ve alkole başlama yaşı sırası ile erkeklerde $15,14\pm3,44$ ve $16,50\pm0,70$ iken kadınlarda $16,22\pm3,29$ ve $19\pm1,58$ olduğu görüldü. Ayrıca sigara, alkol ve madde kullanımının erkeklerde daha yüksek olduğu görülmesine rağmen istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmadı ($p>0,05$) (Tablo 1). Sigarayı içenlerin %16,2'sinin (n=12) sigarayı bırakmayı düşündükleri fakat başarısız oldukları görüldü. Bunlarının tamamının sigarayı kendi iradesi ile bırakmayı denedikleri ve profesyonel yardım almadıkları tespit edildi. Sigara bağımlısı olmanın, alkol ve madde kullanım oranını artırdığı gözlemlendi. Uzman hekim tarafından tanı almış kronik hastalıklı (kronik böbrek hastalığı (n=1), romatizmal hastalık (n=1), epilepsi (n=1) ve astım (n=3)) bireylerde sigara ve alkol kullanım oranları tüm öğrencilere göre daha yüksek bulundu (Şekil 1).

Sigara ve alkol kullanımına iten nedenleri önem derecesine göre sıralanması istendiğinde önem derecesi en yüksek 1 en düşük 5 olarak numaralandırıldı. Buna göre verilen

seçeneklerin önem dereceleri tablo 2'deki gibi belirlendi. Sigaraya ve alkole başlama nedenleri arasında Merak seçeneğinin daha önemli olduğu görüldü. "Yaşamınızın herhangi bir döneminde sigara ve alkol dışında bağımlılık yapıcı maddelerden herhangi birini kullanmayı hiç düşündünüz mü?" sorusuna %89,2'si (n=66) hayır olarak işaretledi. Evet diyenlerin ise %50,0'sinin (n=4) düşünmesine rağmen kullanmadığı belirlendi. Aynı sorudan elde edilen verilere göre anketimize katılan öğrencilerin %4,1'inin (n=3) sadece 1 kez, %1,3'ünün (n=1) ise birden fazla kez denedikleri tespit edildi.



Şekil 1. Değişen faktörlerin sigara, alkol ve madde kullanımına etkisi.

* istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$)

Ön test ve son test analiz edildiğinde, önem sıralaması istenen sorularda verilen seçenekleri 1. sıraya yerleştirenlerin yüzde oranları ve eğitime başlamadan önce ve başladıktan sonra öğrencilerin konu ile ilgili düşüncelerindeki değişim oranları Tablo 3' te belirtilmiştir. Öğrencilerin madde bağımlılığının Türkiye'deki boyutu ile ilgili düşüncelerinin eğitim öncesi ve sonrası değerlendirildiğinde "üzerinde durulması gereken ciddi bir sorundur" düşüncesinde %8,2'lik bir artış gözlenmiştir (Tablo 4) "Bağımlılık yapıcı maddeleri bırakma konusunda başvurulabilecek kurumları ve onların iletişim numaralarını biliyor musunuz?" sorusuna eğitimden sonra Evet işaretleyenlerin sayısında istatistiksel olarak anlamlı artış gözlenmiştir ($p<0,05$) (Tablo 5).

Tablo 2. Sigara ve alkol kullanımına iten nedenlerin önem derecesine göre sıralanması (önem derecesi en yüksek 1 en düşük 5)

	Sigara kullanımına iten nedenler	Alkol kullanımına iten nedenler
Merak	2,06±0,97	2,12±1,13
Özenti	2,82±1,10	3,50±1,20
Arkadaş çevresi	2,33±1,11	3,13±1,25
Kişisel problemler	3,15±1,30	2,75±1,49
Diğer	4,64±1,03	3,50±1,85

Değerler ortalama ± standart sapma (SS) olarak ifade edilmiştir.

Tablo 3. Seminerde uygulanan ön test ve son test değerlendirilmesinde verilen seçenekleri önem sırası olarak 1. sıraya yerleştirenlerin yüzde oranı

	Ön test		Son test		Değişim Oranı
	f	(%)	f	(%)	%ilk-%son
Size göre bireyi madde bağımlılığına itebilecek sebepler nelerdir?					
Aile içindeki olumsuz ortam	25	33,8	15	20,3	13,5
Bireyin kendi içinde bulunduğu psikolojik sorunlar	23	31,1	32	43,2	- 12,1
Arkadaş çevresi	17	23,0	15	20,3	2,7
Özendirici TV programları, sosyal medya	3	4,0	4	5,4	-1,4
Macera ve değişik şeyleri deneme merakı	3	4,0	4	5,4	-1,4
Kendini ispatlama çabası, kullanılan bağımlılık yapıcı maddeleri bir güç objesi olarak düşünme	0	0	4	5,4	-5,4
Diğer	3	4,0	0	0	4,0
Toplam	74	100	74	100	
Size göre madde bağımlılığı ile mücadelede yapılması gerekenleri önem sırasına göre numaralandırınız.					
Okullarda öğretmen ve öğrenciler bu konuda bilinçlendirilmelidir.	19	25,7	20	27,0	-1,3
Yasaklar hakkında farkındalık oluşturulmalı ve caydırıcı cezalara ağırlık verilmelidir.	19	25,7	14	18,9	6,8
Aile ve toplumu bilinçlendirmeye yönelik projeler geliştirilmelidir.	36	48,7	40	54,1	-5,4
Diğer	0	0	0	0	0
Toplam	74	100	74	100	
Sigara, Alkol ve Bağımlılık yapıcı diğer maddelerin kullanımında size göre hangi faktörlerin engelleyici olduğunu önem sırasına göre numaralandırınız.					
Dini inançlar	28	37,8	28	37,8	0
Sağlığa zarar vermesi	35	47,3	41	55,4	-8,1
Ekonomik açıdan ekstra harcama olması	6	8,1	4	5,4	2,7
Sosyal kabul	5	6,8	1	1,4	5,4
Toplam	74	100	74	100	

Değişim oranında negatif değerler artışı ifade etmektedir.

Tablo 4. Size göre madde bağımlılığının Türkiye'deki boyutu nedir? Sorusuna verilen cevapların oranı

	Ön test		Son test		Değişim Oranı
	f	%	f	%	%ilk-%son
Üzerinde durulması gereken ciddi bir sorundur	62	83,7	68	91,9	-8,2
Henüz ciddi bir sorun değildir fakat önlem alınmadığı takdirde büyük bir sorun haline gelecektir	5	6,8	3	4,1	2,7
Üzerinde durulması gerekecek kadar ciddi bir sorun değildir.	0	0	0	0	0
Bu konudaki mücadele politikalarını yanlış ya da yetersiz buluyorum.	3	4,1	3	4,1	0
Bu konuyla ilgili net bir görüşüm yok	4	5,4	0	0	5,4
Toplam	74	100	74	100	

Değişim oranında negatif değerler artışı ifade etmektedir.

Tablo 5. Bağımlılık yapıcı maddeleri bırakma konusunda başvurulabilecek kurumları ve onların iletişim numaralarını biliyor musunuz? sorusunun değerlendirilmesi

	Ön test		Son test		Değişim oranı
	f	%	f	%	
Evet	20	27,0	38	51,4*	-24,4
Hayır	54	73,0	36	48,6	24,4

Değişim oranında negatif değerler artışı ifade etmektedir. *Eğitim öncesinde uygulanan ön test verilerine göre istatistiksel olarak anlamlı artış gözlemlendi ($p < 0,05$)

TARTIŞMA

Çalışmamızın evreni, bağımlılık durumunun tespiti ve seminerin farkındalığa katkısını değerlendirebilmek için sadece seminere katılan öğrenciler ile sınırlı idi. İleride yapılacak çalışmalar ile anketlerin daha çok sayıda öğrenciye uygulanması sağlanarak HÜ öğrencilerinin bağımlılık durumunu daha geniş veri seti ile elde etmek mümkün olacaktır. Ülkemizde sigara içme prevalansı %25.7 olup, erkeklerde %39.2, kadınlarda %12.6 olarak bulunmuştur (4). Sigara, alkol ve madde kullanımı ve başlamasını etkileyen birçok faktör içerisinde cinsiyet farklılıkları en önemli faktörlerden biridir (13,14). Araştırmamızda; sigara, alkol ve madde kullanımı Türkiye'deki diğer üniversitelerde (11,12,15,16), Türkiye genelinde (17) ve diğer ülkelerde yapılan (18-20) araştırmalarda olduğu gibi kadınlara kıyasla erkeklerde daha yüksek bulunmuştur. Toplumda kadına ve erkeğe belirlenen roller ve buna bağlı olarak, toplumda kadının sigara, alkol ve madde kullanımına daha az tolerans gösterilmesinin bu sonuca katkı sağladığı düşünülmektedir. Ayrıca erkeklerin sağlıklı yaşamaya ve ilaç kullanımı ile meşgul olmaya daha eğilimli bulunduğu rapor edilmiştir (17). Bu çalışmaların sonucu olarak bağımlılığı önleme çalışmalarının kültürel ve gelişimsel faktörlerin yanı sıra cinsiyete özgü olmasının gerektiği de ortaya konmaktadır.

Çalışmamızda daha önce yapılan çalışmalar ile uyumlu olarak sigara kullanımının madde kullanımına eğilimi artırdığı belirlenmiştir (11,21). Ayrıca kronik hastalığı olanlarda sigara kullanımı yüksek bulunmuştur. Çok ilginçtir ki kronik hastalığı olanların % 50'sinin astım hastası olduğu tespit edilmiştir. Bu hastalığa sahip olmasına rağmen birey hala sigara kullanmaya devam etmektedir. Bireyin, sağlığına verdiği zararı görmesine rağmen sigarayı kullanmaya devam etmesi, maddeyi kullanımda bireyin kontrolünü ne derecede kaybettiğinin ve bağımlılığın tedavi edilmesi gereken önemli bir hastalık olduğunun göstergesidir. Kronik hastalık varlığının sigara bırakma üzerine olan etkilerinin araştırıldığı bir çalışmada astım hastalarının, KOAH hastalarına göre sigarayı daha zor bıraktıkları ifade edilmiştir (22).

Sigara ve alkol dışındaki maddelerin kullanılabilirliğinin az olma nedeni, sigara ve alkole kıyasla erişiminin daha zor olması, madde kullanımının hukuki yaptırımlara sahip olması ve toplumda kabul görülebilirliğinin daha az olması şeklinde sıralanabilir. Buna rağmen, madde bağımlılığı önlenemez ciddi bir halk sağlığı sorunudur (23). Madde bağımlılığının Türkiye'deki durumunun daha ciddi boyutlara ulaştığı fikri seminerimiz sonrasında artış göstermiş ve bu konuda hiç fikri olmayan kişinin kalmadığı tespit edilmiştir. Önleme programlarının yetersiz olması ve ulaşma kolaylığının giderek artması başlama yaşını gittikçe düşürmektedir (24). 2017 Türkiye Uyuşturucu raporunda yer alan verilere göre Türkiye'de maddeye başlama yaşının 10 yaşa düştüğü bildirilmiştir (25). Bu nedenle önleyici çalışmalar kapsamında uygulanabilir ve sürdürülebilir programlara ihtiyaç duyulmaktadır.

Çalışmamızda, ön test sonuçlarına göre eğitimden önce madde bağımlılığına neden olabilecek etkenler arasında aile ortamı ve arkadaş çevresi suçlanırken, pozitif psikolojinin önemine vurgu yapılan seminerimiz sonrası son test sonuçları bireyin içinde bulunduğu durumun daha çok neden olabileceğini göstermektedir. Koşul tanımaksızın alternatif üretebilen, bizi sınırlayan kalıpların ötesine geçebilen, değişime ayak uyduran, çözüme yönelik, gerçekçi, uzlaşmacı düşünceler pozitif düşüncelerdir. Nitekim son dönemlerde madde bağımlılığı ile mücadelede, tıbbi veya adli müdahalelerinin etkili bir çözüm olmadığı ancak yaşam becerilerini geliştirmeyi amaçlayan önleme çalışmalarından daha etkili sonuçlar alındığı görülmektedir (26). Önleme; kişinin madde kullanımını veya bağımlı olmasını engellemeyi amaçlayan koruyucu sağlık hizmetleridir. Birleşmiş Milletler Madde ve Suç Ofisinin (UNODC) yayınladığı 2015 raporuna göre; maddeye erişimi engellemenin yanı sıra, önüne geldiğinde madde kullanımına hayır diyebilmesini ve kendini korumasını sağlamak önleme çalışmaları kapsamına girmiştir (27).

Öte yandan çalışmamız sonucunda; madde bağımlılığı ile mücadelede aile ve toplumun bilinçlendirmesine yönelik projelerin daha iyi olacağı görüşünde artış gözlenmiştir. Daha önceki çalışmalarda, madde kullanımına karşı geliştirilen önleme programlarında aile odaklı çalışmaların önem arz ettiği de bildirilmiştir (28,29) Yine aynı soruda anlaşılmıştır ki bilinçlenmeye yönelik projelerin mücadelede ki rolü caydırıcı cezalara kıyasla daha fazladır. Çalışmamızda, sigarayı bırakmak isteyenlerin tamamının profesyonel yardım almadıkları ve yalnızca kendi iradeleri ile bırakmayı denedikleri tespit edilmiştir. Ayrıca ön test sonuçları göstermiştir ki öğrenciler bağımlı oldukları maddeyi bırakma ile ilgili hangi merkezlere başvuracağı konusunda bilgili değildir. Bu durum, bireylerin bu kuruluşlara ulaşmada yeterli istek, bilgi ve tutuma sahip olmadıklarını, ayrıca bu konuda çalışan kurum ve kuruluşların toplumu yeterince bilgilendirmediklerini göstermektedir.

Sigarayı içenlerin %70 i sigarayı bırakmak istemekte ancak 1/3 ü bırakabilmektedir (30). Sigarayı bırakmada profesyonel yardımın önemi büyüktür. Daha önceki çalışmalarda rapor edildiği üzere toplumsal bilinçlenme, sigara kullanan kişilerin sigara bırakma polikliniklerine başvurularını arttırmaktadır. Sigara bırakma polikliniklerinde yakın izlemle uygun farmakolojik tedavinin yeterli sürede kullanılmasının sigara bırakma oranlarını arttırdığı saptanmıştır (31).

Seminerimizde sigara, alkol ve madde bağımlılığı ile ilgili tedavi merkezleri, AMATEM/ÇEMATEM, bağımlılıkla mücadele ile ilgili ulaşabilecekleri danışma ve destek hatları (ALO171 sigara bırakma Destek hattı, ALO191 uyuşturucu ile mücadele Danışma ve Destek hattı) tanıtılmıştır. Bunun sonucunda; seminer sonrasında bağımlılık yapıcı maddeleri bırakma konusunda başvurulabilecek kurumları bilenlerin sayısında anlamlı bir artış gözlenmiştir. Fakat bu bilgilerin seminerin sonuna doğru verilmesi artışın %51.4 ile sınırlı kalmasına neden olmuştur. Belki de, bu tür önem derecesi yüksek bilgilerin dinleyicinin dikkatinin en yoğun olduğu ilk dakikalarda verilmesi bu oranın daha fazla artmasını sağlayacaktır. Bu merkezlerin tanıtımının daha iyi yapılması ve bu yönde yapılacak bilgilendirme çalışmaları bağımlılık ile mücadelede anahtar bir rol oynayacaktır.

Sonuç olarak; madde kullanım oranları birçok ülkeye kıyasla ülkemizde düşük bulunmasına rağmen, genç nüfusun giderek arttığı ülkemiz için önleyici çalışmalar büyük öneme sahiptir. Çalışmamız, özellikle üniversite dönemi öğrencilerinin risk altında olması

nedeniyle onlara yönelik planlanacak önleme programlarının geliştirilmesine katkı sağlayacaktır. Bu bağlamda, merak duygusu kontrolünü ve pozitif düşünmeyi sağlayan yaşam becerilerini kazandırmaya yönelik eğitimlerin üniversitelerde ders olarak verilmesi, bağımlılığın altta yatan etkenlerini ortadan kaldırmaya yardımcı olacaktır. Ayrıca, bağımlılık ile ilgili danışmanlık, destek ve tedavi merkezlerinin tanıtımının yapılması ve bu merkezlere erişimin kolaylaştırılması bireylerin bağımlılık ile mücadelesinde rehber niteliği taşıyacaktır.

KAYNAKLAR

1. Köksal B. Madde bağımlılarında dürtüsellik ve saldırganlığın incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, 2016.
2. Sağlam L. Nikotin bağımlılığının klinik değerlendirilmesi. Güncel Göğüs Hastalıkları Serisi 2017; 4 (1): 78-89.
3. Doğan ŞH, Naz İ, Aksel N ve ark. Hastane personeline sigara alışkanlığı: psikolojik sorunların etkisi var mıdır? İzmir Göğüs Hastanesi Dergisi 2015; 29 (2): 85-93.
4. Çelepkolu T, Atlı A, Palancı Y ve ark. Sigara kullanıcılarında nikotin bağımlılık düzeyinin yaş ve cinsiyetle ilişkisi: diyarbakır örnekleme. Dicle Tıp Dergisi 2014; 41 (4): 712-716.
5. Bozkurt N, Bozkurt Aİ. Nikotin bağımlılığını belirlemede fagerström nikotin bağımlılık testinin (FBNT) değerlendirilmesi ve nikotin bağımlılığı için yeni bir test oluşturulması. Pamukkale Tıp Dergisi 2016; 9 (1): 45-51.
6. Ektiricioğlu C. Alkol ve madde bağımlılığında içselleştirilmiş damgalanma ve tedavi motivasyonu ilişkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, 2016.
7. Koca B, Oğuzöncül AF. İnönü Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin sigara, alkol, madde kullanımına etki eden etmenler ve aileden aldıkları sosyal desteğin etkisi. Kocaeli Tıp Dergisi 2015; 4 (2): 4-13.
8. Sansone A, Di Dato C, De Angelis C, et al. Smoke, alcohol and drug addiction and male fertility. Reprod Biol Endocrinol 2018; 16 (1): 3.
9. European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA) national report, Turkey For Drugs And Drug Addiction Monitoring Center, 2013.
10. Kayır H, İpekdağ İ, Evrensel A, Uzbay İT. Gata Askeri Tıp Fakültesi'nde gerçekleştirilen madde bağımlılığı konulu paneli dinlemeye gelenlerde bağımlılık yapıcı madde kullanımının anket yöntemi ile sorgulanması. Bağımlılık Dergisi 2000; 1 (2): 72-80.
11. Atılam DH, Aldemir E, Altıntoprak AE. Prevalence of risky behaviors and relationship of risky behaviors with substance use among university students. Dusunen Adam 2017; 30: 287-298.
12. Ulukoca N, Gökçöz Ş, Karakoç A. Kırklareli üniversitesi öğrencileri arasında sigara, alkol ve madde kullanım sıklığı. Fırat Tıp Dergisi 2013; 18 (4): 230-234.
13. Matheny KB, Weatherman KE. Predictors of smoking cessation and maintenance. J Clin Psychol 1998; 54 (2): 223-235.
14. Brady KT, Randall CL. Gender differences in substance use disorders. Psychiatr Clin North Am 1999; 22(2): 241-252.
15. Turhan E, İnandı T, Özer C, Akoğlu S. Üniversite öğrencilerinde madde kullanımı, şiddet ve bazı psikolojik özellikler. Turkish Journal of Public Health 2011; 9(1): 33-44.
16. Karaçam Ö, Totan T. Ege Üniversitesi öğrencileri arasında bağımlılık yapıcı madde kullanımının çok boyutlu ölçekleme yöntemiyle incelenmesi. Anadolu Psikiyatri Derg 2014; 15(2): 116-123.
17. İlhan, İÖ, Yıldırım F, Demirbaş H, Doğan YB. Prevalence and sociodemographic correlates of substance use in a university-student sample in Turkey. Int J Public Health 2009; 54(1): 40-44.
18. Di Pietro MC, Doering-Silveira EB, Oliveira MPT, et al. Factors associated with the use of solvents and cannabis by medical students. Addict Behav 2007; 32(8): 1740-1744.
19. Ljubotina D, Galic J, Jukic V. Prevalence and risk factors of substance use among urban adolescents: questionnaire study. Croat Med J 2004; 45(1): 88-98.
20. De Micheli D, Formigoni MLO. Drug use by Brazilian students: associations with family, psychosocial, health, demographic and behavioral characteristics. Addiction 2004; 99(5): 570-578.
21. Süngü H. Üniversite öğrencilerinin zararlı madde kullanımına ilişkin tutumları. Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 2014; 11(26): 167-194

22. Onen ZP, Sen E, Eriş Gülbay B. Comparing the effectiveness of different treatment modalities on the smoking cessation rates. *Tuber Toraks* 2010; 58: 385-392.
23. Dayı A, Gulec G, Mutlu F. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi öğrencilerinde sigara, alkol ve madde kullanım yaygınlığı. *Düşünen Adam* 2015; 28(4): 309.
24. Yıldız EU. Ergen madde kullanımına kuramsal bakış. İçinde E Coşkunol H (editör). *Ergenlerde Sigara, Alkol ve Madde Kullanımı Hazırlayıcı ve Koruyucu Etkenler*. Ege Üniversitesi Yayınları, İzmir, 2011:17-30.
25. Türkiye Uyuşturucu raporu, T.C. İçişleri Bakanlığı Emniyet Genel Müdürlüğü Narkotik Suçlarla Mücadele Daire Başkanlığı, Ankara: 2017.
26. Ozbay Y, Yilmaz S, Buyukozturk S ve ark. Substance dependence: reinforcing the individual for a clean life. *Addicta-The Turkish Journal On Addictions* 2018; 5(1): 113-130.
27. United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). *International Standards on Drug Use Prevention*. Vienna: 2015.
28. Öz B, Alkevi A. Öğrencilerin madde kullanımı ve bağımlılığında etkili olan faktörlere bakışının demografik özelliklere göre incelenmesi: çukurova üniversitesi örneği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2018; (39): 29-43.
29. Lochman, JE, Van den Steenhoven A. Family-based approaches to substance abuse prevention. *J Prim Prev* 2002; 23(1): 49-114.
30. Selçuk EB, Tetik BK. Sigara bırakma başarısı üzerine etki eden faktörler, başarı ölçütleri. *Türkiye Klinikleri Family Medicine Special Topics* 2016; 7(5): 69-73.
31. Yaşar Z, Kurt ÖK, Talay F, Kargı A. Bir yıllık sigara bırakma poliklinik sonuçlarımız: sigara bırakmada etkili olan faktörler. *Eurasian J Pulmonol* 2014; 16: 99-104.