

BİZİMLE İLETİŞİME GEÇEBİLİRSİNİZ

Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi



19 Mayıs Mahallesi, Sinan Ercan Caddesi,
No:29, 34736 Kadıköy/İstanbul



(0216) 302 59 59



erenkoyruhsinireah.saglik.gov.tr



T.C. Sağlık Bakanlığı

**ERENKÖY RUH VE
SİNİR HASTALIKLARI
EĞİTİM VE ARAŞTIRMA
HASTANESİ**



**BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
UYGULAMA VE
ARAŞTIRMA
MERKEZİ**

KUMAR İLE İLİSKİLİ BOZUKLUKLAR



T.C. Sağlık Bakanlığı

ERENKÖY RUH VE
SİNİR HASTALIKLARI
EĞİTİM VE ARAŞTIRMA
HASTANESİ



BAĞIMLILIKLA
MÜCADELE
UYGULAMA VE
ARAŞTIRMA
MERKEZİ



Kumar Oynama Bozukluđu Nedir?

Kazanç elde etmek için zihnin sürekli kumar ile meşgul olduğu, kumar oynama ile ilgili kontrol kaybının görüldüğü; kişisel, ailesel ve iş yaşamında bozulmalarla seyreden ruhsal bir hastalıktır.

Kumar oynama bozukluğu kişi için finansal bir problem olmayıp; finansal sonuçları olan ruhsal bir bozukluktur.

Kişi yaşadığı olumsuz sonuçlara rağmen kontrolsüz ve tekrarlayan bir biçimde kumar oynamaya devam eder. Kumar oynama bozukluğu olan bir kişi için kumar oynamanın yarattığı his, alkol veya madde kullanan kişide oluşan hisle eşdeğerdir.



En Yaygın Kumar Türleri

Kağıt, zar, at yarışı, bahis veya spor müsabakaları ile ilgili şans oyunlarının yanı sıra teknolojinin gelişmesiyle birlikte internet aracılığı ile oynanan yeni kumar türleri ortaya çıkmıştır. İnternette oynanan oyunlarda yaş sınırının dikkate alınmaması kumar oynama bozukluğunun daha yaygın hale gelmesine ve buna bağlı problemlerin artmasına yol açmıştır.

Kumar oynama bozukluğunda tıpkı madde bağımlılığındaki gibi psikolojik, biyolojik, genetik ve çevresel faktörlerin rolü bulunmaktadır.



Hastalık Seyri

Kumar oynama bozukluğu; başlangıç dönemlerinde belirgin fiziksel ve ruhsal belirtiler olmaması nedeniyle erken aşamada fark edilemeyebilir. Bu nedenle kişilerin kumar oynama davranışı hızla patolojik hale gelebilir.

Kumar oynama bozukluğu dönemsel ya da sürekli olabilir. Hastalığın doğasında uzun süreli iyilik dönemleri olabileceği gibi tekrar kumar oynamanın başladığı yinelemeler oldukça sıktır.

Kişi kumar oynamaya ne kadar erken başlarsa kumar oynama bozukluğu gelişme riski de artar. Erken yaşta kumar oynayan kişilerin daha dürtüsel oldukları ve madde kullanımı açısından da risk taşıdıkları bilinir.

Madde kullanımının eşlik ettiği kumar oynama bozukluğunda klinik seyir çoğunlukla daha kötüdür. Benzer şekilde eşlik eden ruhsal bozuklukların varlığında da (depresyon, kaygı bozukluğu, dikkat eksikliği, kişilik bozuklukları vb.) seyrin iyi gitmediği gözlenmektedir.



Kumar Oynama Bozukluđu seyrinde 4 evre gözlenmektedir.

- 1 Kazanma evresi:** Bu aşama genellikle kişinin büyük bir kazanç elde etmesiyle başlar. Edindiđi kazanç kişide her şeyi yapabilme duygularını uyararak, kişinin daha sık kumar oynamasına ve daha büyük miktarlar için risk almasına yol açar. Kişinin kumar oynama becerileri ile ilgili kendine olan güveni artar, sürekli kazanmak üzerine hayaller kurar ve kumardan kazanacağı para ile problemlerini çözeceğine inanır.
- 2 Kaybetme evresi:** Hayal edilen büyük kazancın gerçekleşmediği ve kişinin başa çıkamayacağı kayıplar yaşadığı dönemdir. Kaybettiklerini geri kazanmak amacıyla daha sık ve daha çok miktarda parayla kumar oynamaya devam eder. Daha çok para kazanarak kaybettiklerini düzeltmeye çalışırken kontrolü tamamen yitirir. Kişi bu evrede borçlar almaya başlar ve para bulmak için gerek yasal gerekse yasal olmayan her yolu dener. Bu durum kişinin git gide sınırlı ve huzursuz olmasına yol açar.

3 Tükenme evresi: Kişi hem kayıplarını telafi etmek hem de ilk aşamadaki uyarılma duygusunu yeniden yaşamak için umutsuzca kumar oynamaya devam eder. Halen büyük bir kazancın çok yakınında durduğunu düşünür. Para bulabilmek için yasal olmayan eylemlere dahi başvurabilir. Bu evrede maddi kayıplar, iş ve aileyle ilgili sorunlar artarak bireyde umutsuzluk, çökkün ruh hali, intihar düşünceleri ve girişimleri görülebilir.

4 Vazgeçme evresi: Son aşamada kişi artık kayıplarını yerine koyamayacağını fark eder. Bu evrede temel amaç para kazanmaktan ziyade heyecan yaşamak ve uyarılmak olduğu için kişi gelişigüzel kumar oynamayı sürdürür. Genelde boşanma, tutuklanma, alkol/madde kullanımı gibi problemler bu evreye eşlik eder.



Tedavi Arayışı

Kronik bir hastalık olmasına ve yarattığı ciddi problemlere rağmen kumar oynama bozukluğu'nda tedavi arayışı çok düşüktür. Kişileri tedaviye başvurmaktan alıkoyan nedenler inkar, utanç ve bu problemleri tek başına çözmeye isteğidir. Kişiler çoğunlukla ilişkilerinde bozulma ve/veya yasal sorunlar yaşayınca yardım isterler.

Kumar Oynama Bozukluęu'nun Tanı Kriterleri

On iki aylık bir süre içinde, aşağıdaki maddelerden en az dördünü veya daha fazlasını yaşıyorsanız, "kumar oynama bozukluğu" açısından uzman bir hekim tarafından değerlendirilmeniz gerekir.

- Fazla para kazanmayı şiddetle arzulamak ve bunun için kumar ve bahis oyunlarına ihtiyaç duymak.
- Kumar oynamaya ara verdiğinde ve bir nedenle kumar oynaması engellendiğinde huzursuz ve gergin olmak

● Kumarı bırakmak için birçok başarısız girişimde bulunmak.

● Günün büyük çoğunluğunda kumar ve kumar stratejileri düşünmek, kumar hakkında konuşmak.

● Kumar oynarken rahatladığını ve gerginliğinin ortadan kalktığını hissetmek.

● Para kaybetmesine ve parasal sıkıntı yaşamasına rağmen telafi bahanesiyle peş peşe oynamaya devam etmek.

● Kumar ile ilişkili bazı gerçekleri (ciddi para kayıpları ve borçlanma gibi) yakınlarından gizlemek veya yalan söylemek.

● Kumar nedeni ile aile, iş ve sosyal hayatını tehlikeye atmak, bu alanlarda buna bağlı sorunlar yaşamak ve sorumluluklarını yerine getirmemek.

● Mali sorunları nedeni ile başkalarından borç almak, borçlarını ödeyemediği halde kumar oynamaya devam etmek

Nasıl Bırakabilirim?

Tedaviye karar vermiş olmanız kumar oynama bozukluğunun size, ailenize ve çevrenize verdiği zararları fark etmekte olduğunuzu gösterir. İyileşmenin en önemli adımı tedaviyi istemektir.

Başvuru sonrasında hekiminizle yapacağınız ilk görüşmede,



Bağımlılık
şiddetiniz
belirlenir.



Ruhsal
durumunuz
değerlendirilir.



Aile ve sosyal
ilişkileriniz
değerlendirilir.



İhtiyaç duyulan
tetkikleriniz
yapılır.

Tedavi seçenekleri kişiye özgü olarak belirlenerek tedavi ve takip planı oluşturulur. Bu süreçte eşlik eden kaygınlık, çökkünlük gibi ruhsal rahatsızlıkların ve diğer bağımlılıkların da tedavisi ele alınır. Gerekli görülmesi halinde ilaç desteği sağlanır. Bununla birlikte bireysel ve/veya grup terapileri planlanır. Tedaviye ailenizin de dahil edilmesi tedavinin başarısı açısından çok önemlidir.



Tedavi Olursam Ne Kazanırım?

Alacağınız destekle birlikte kumar oynamanın ortaya çıkardığı bedensel ve ruhsal yakınmalarınızın giderek düzelmeye başladığını göreceksiniz. Tedavinizi sürdürdükçe ve iyilik haliniz devam ettikçe ailenizle, çevrenizle olan sorunlarınız ve maddi kayıplarınız azalacak. Zamanla bedensel ve ruhsal olarak daha iyi hissedeceksiniz.

Sabırlı olup kendinizi desteklerseniz, iyileşebilirsiniz.



Size en yakın
**Alkol ve Madde
Bağımlılığı
Tedavi
Merkezlerine**
başvurabilirsiniz.



Sağlık Bakanlığı
ALO 191
**Uyuşturucu ile
Mücadele
Danışma ve
Destek Hattı'nı**
arayarak
bilgi alabilirsiniz.



baumer@sbu.edu.tr
mail adresinden
ulaşabilirsiniz.



Hazırlayanlar

1. Doç. Dr. Rabia BİLİCİ
2. Uzm. Dr. Başak ÜNÜBOL
3. Psikolog Elif ÇINKA
4. Psikolog Gizem AKÜLKER
5. Dr. Fatma KANTAŞ YILMAZ

Kaynaklar

1. Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Madde Bağımlılığı Tanı ve Tedavi Kılavuzu El Kitabı, 2012.
2. Lowinson and Ruiz's Substance Abuse: A Comprehensive Textbook Fifth Edition by Dr. Pedro Ruiz MD (Editor), Eric Strain MD (Editor)
3. Prof. Dr. İ. Tayfun UZBAY, Madde Bağımlılığı, İstanbul Tıp Kitabevi, 2015, 1.Baskı
4. Care of Drug Users in General Practice, A Harm Reduction Approach, Second Edition, Edited by Berry Beaumont, Foreword by David Haslam.
5. Türkiye Psikiyatri Derneği-Güncel Psikiyatri Dergisi, Cilt 6, Sayı 3, 2016.

