

Bağımlılık Tedavisinde Relaps Önleme Çalışmalarında Önemli Bir Alan: Madde Bağlantılı Rüyalarda

A Significant Area of Research on Relapse Prevention in Addiction Treatment: Drug-Related Dreams

Mustafa Danışman¹, Gamze Zengin İspir¹, Kübra Sezer Katar¹

¹Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Ankara

Sayın Editör,

DSM-5'e göre, "canlı hoş olmayan rüyalar" psikomotor uyarıcıların (kokain, metamfetamin vb.) yoksunluk dönemlerinde görülebilecek belirtilerden biridir (APA 2013). Madde bağlantılı rüyalar (MBR), bağımlı bireylerin yoksunluk veya iyileşme sürecinde görülen, maddeyle ilişkili çeşitli içerikler barındıran rüyalar (Reid ve Simeon 2001, Tanguay et al. 2015).

Madde bağlantılı rüyalarda; rüyada madde aramak, kullanmayı denemek, maddeyi görmek ancak kullanmamak ya da kullanmamak, madde teklifini reddetmek ya da bir başkasının madde kullanıyor olduğunu görmek gibi temaların bulunabildiği bilinmektedir (Reid ve Simeon 2001, Colace 2004, Tanguay et al. 2015, Colace 2018). MBR çoğunlukla madde kullanımından uzak durulan ilk hafta içinde bildirilmekle birlikte, haftalar, aylar ve hatta madde kullanımının sona ermesinden yıllar sonra bile devam edebilir. Bununla birlikte tedavi süresi uzadıkça ve iyileşme düzeyi arttıkça kişilerin MBR deneyimleme sıklıklarında azalma olduğu bilinmektedir (Colace 2004, 2018).

MBR gören bazı bağımlılar rüyalarında madde kullandıklarını görüp uyandıktan sonra gerçekte hiçbir madde kullanmadıklarını fark ettiklerinde bir rahatlama hissi yaşadıklarını belirtirlerken (Reid ve Simeon 2001, Colace 2004, Tanguay et al. 2015) bazı kişiler ise rüyalarındaki madde kullanımları sonrası suçluluk ve/veya pişmanlık hisleri yaşadıklarını belirtmişlerdir (Reid ve Simeon 2001, Colace 2004, 2018). Öte yandan rüyalarında madde kullandığını gören kimi kişilerde ise gerçekte madde kullanmadıklarını fark ettiklerinde öfke ve hayal kırıklığı gibi duygular da yaşanabilmektedir (Colace, 2004, 2018).

Yapılan çalışmaların bazılarında bağımlı bireylerin kullandıkları maddeyi bıraktıkları erken dönemde görülen bu tip rüyaların, madde kullanım isteğini arttırdığı ve yaklaşan bir nüksü (olumsuz bir tahmin) öngörebileceği sonuçlarına varılmıştır (Christo ve Franey 1996, Yee et al. 2004). Öte yandan bazı çalışmalarda ise tam aksine MBR gören hastaların maddeden uzak durma olasılığının (olumlu bir tahmin) bu tür rüyalar görmeyen kişilerden daha yüksek olduğu bulunmuş (Choi 1973, Hajek ve Belcher 1991, Colace, 2004) ve yazarlar tarafından bu tip rüyaların prognostik değerinin net bir şekilde belirlenemediğine yönelik vurgular yapılmıştır (Steinig et al. 2011, Colace 2018).

Son dönem çalışmalarda ise madde bağlantılı rüyaların prognostik değerinin olası belirleyicileri üstüne daha fazla odaklanılarak, prognostik süreçlerin rüyaların içerikleri ile rüya esnasında ve sonrasında yaşanan duygularla ilişkili olduğu bulunmuştur (Reid ve Simeon 2001, Colace 2004). MBR'ler, Tip A rüyalar olarak adlandırılan, içerik ve duygular bakımından tatmin edici olduklarında madde kullanma arzusunu hafifletmeye ve yönetmeye yardımcı olup iyi bir prognozla eşlendirilirken, tatmin edici nitelikte olmayan Tip B rüyaların ise uyuşturucu arzusunu yeniden harekete geçirip olası nükselere sebep olabilecekleri düşünülmektedir (Reid ve Simeon 2001, Colace 2004).

A.B.D'deki madde bağımlılığı tedavi kuruluşlarında alkol ve madde kullanma arzusunu değerlendirmek için kullanılan yöntemleri inceleyen bir çalışmada, çeşitli kurumlarda çalışan 152 tedavi danışmanından sadece

dördünün klinik uygulamalarında maddeyle ilgili rüyaları kullandığı anlaşılmıştır (Pavlick et al. 2009, Colace 2018). Türkiye özelinde değerlendirildiğinde ise bildiğimiz kadarıyla halen kliniğimiz haricinde ülkemizde rutin tedavi protokollerinde hastaların madde bağlantılı rüyalarını değerlendiren herhangi bir bağımlılık kliniği bulunmamaktadır. Kliniğimize yatırılan tüm hastalarla yapılan ilk görüşmelerde, kliniğimizde yattıkları süre boyunca madde bağlantılı bir rüya görmeleri durumunda rüyalarını tarafımıza anlatmalarının tedavi süreçleri açısından önemi aktararak, bu rüyalar literatürde MBR'ler hususunda yapılmış araştırmalarda kullanılan sorulardan türetilerek tarafımızca oluşturulan madde bağlantılı rüya günlüğü ile izlenmektedir. İlgili rüyaların özellikle Tip B içerikte oldukları gözlemlendiğinde, yansız bir biçimde hasta özelinde bu rüyaların halen devam eden madde kullanım arzularına yönelik olduğu bilgisi tarafımızca hasta ile paylaşarak, bu hastalar daha sık aralıklarla görüşmelere davet edilmektedirler.

Madde bağlantılı rüyalar vasıtasıyla hastaların madde kullanım arzularına ve olası nüklere dair kestirimler yapmak mümkün olabilir (Colace 2018). Madde bağlantılı rüya gören herkesin rüyalarını anlatmayabilecekleri göz önünde bulundurularak klinisyenler danışanlarının madde bağlantılı rüyalarının varlığını sorgulamalıdır (Colace 2018).

Madde bağlantılı rüyalar sonrası özellikle suçluluk, kayıtsızlık, hayal kırıklığı, öfke gibi duygular bildiren hastaların motivasyonları ve bu duyguları ile başa çıkmaya yönelik mevcut tedavi protokolleri gözden geçirilmelidir. Madde bağımlılığı ile ilgili tedavi merkezlerinde klinik kullanım pratiklerindeki önem ve kullanım kolaylıkları nedeniyle Tip A ve Tip B rüya tanımlamalarını da içeren kılavuzlar oluşturulup rutin klinik tedavi protokollerine dahil edilmeli ve aktif bir biçimde kullanılmalıdır (Colace 2018).

Kaynaklar

- APA (2013) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth edition (DSM-5.). Washington DC, American Psychiatric Association.
- Choi SY (1973) Dreams as a prognostic factor in alcoholism. *Am J Psychiatry*, 130:699-702.
- Christo G, Franey C (1996) Addicts drug-related dreams: their frequency and relationship to six-month outcomes. *Subst Use Misuse*, 31:1-15.
- Colace C (2004) Dreaming in addiction: A study on the motivational bases of dreaming processes. *Neuropsychanalysis*, 6:165-179.
- Colace C (2018) *Drug dreams: Clinical and Research Implications of Dreams About Drugs In Drug-Addicted Patients.*, London, Routledge.
- Hajek P, Belcher M (1991) Dream of absent-minded transgression: An empirical study of a cognitive withdrawal symptom. *J Abnorm Psychol*, 100:487-491.
- Pavlick M, Hoffmann E, Rosenberg H (2009) A nationwide survey of American alcohol and drug craving assessment and treatment practices. *Addict Res Theory*, 17:591-600.
- Reid SD, Simeon DT (2001) Progression of dreams of crack cocaine abusers as a predictor of treatment outcome: a preliminary report. *J Nerv Ment*, 189:854-857.
- Steinig J, Foraita R, Happe S, Heinze M (2011) Perception of sleep and dreams in alcohol-dependent patients during detoxication and abstinence. *Alcohol Alcohol*, 46:143-147.
- Tanguay H, Zadra A, Good D, Leri F (2015) Relationship between drug dreams, affect, and craving during treatment for substance dependence. *J Addict Med*, 9:123-129.
- Yee T, Perantie DC, Dhanani N, Brown ES (2004) Drug dreams in outpatients with bipolar disorder and cocaine dependence. *J Nerv Ment*, 192: 238-242.

Yazarların Katkıları: Çalışmaya önemli bir bilimsel katkı sağlandığı ve makalenin hazırlanmasında veya gözden geçirilmesinde yardımcı olduğu tüm yazar(lar) tarafından beyan edilmiştir.

Danışman Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bildirilmemiştir.

Finansal Destek: Bu çalışma için finansal destek alındığı beyan edilmemiştir.

Authors Contributions: The author(s) have declared that they have made a significant scientific contribution to the study and have assisted in the preparation or revision of the manuscript

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared.

Financial Disclosure: No financial support was declared for this study.